# LE GUIDE
# DE SANTÉ,
OU
## L'ART DE SE LA CONSERVER

Par les préceptes qui donnent la vie la plus longue & exempte de maladies; avec différens préservatifs, & des moyens sûrs pour remédier promptement aux divers accidens qui menacent la vie, & à une foule d'incommodités dont on est journellement attaqué:

SUIVI DES

## DONS DE LA NATURE,

*Mis en ordre pour l'usage de la Table suivant les Saisons de l'année;*

OU

Recueil contenant une idée des qualités & propriétés des Alimens, tant animaux que végétaux, servant à la subsistance de l'homme.

Utile dulci. *Horat.*

A PARIS,
*& se trouve à LIÉGE,*
Chez F. J. DESOER, Imprimeur-Libraire, sur le Pont-d'Isle.

*M. DCC. LXXXV.*

*Si tibi deficiant Medici, medici tibi fiant*
*Hæc tria : mens hilaris, requies moderata, dieta.*
S'il n'eſt nul Médecin près de votre perſonne,
Qui dans l'occaſion puiſſe être conſulté,
En voici trois que l'on vous donne :
Un fonds de belle humeur, un repos limité,
Et ſurtout la ſobriété.

*L'Ecole de Salerne.*

O bienfaiſante Hygie! O ſanté déſirable,
Aux richeſſes des Grands mille fois préférable,
Trop heureux le mortel qui goûte tes douceurs :
Ce ſont des Dieux les plus grandes faveurs.

*Epître à* MONTULÉ.

# AVERTISSEMENT.

*LA Médecine n'eſt pas ſeulement l'Art de guérir les Maladies; elle eſt auſſi l'art de conſerver la ſanté, de retarder les infirmités de la vieilleſſe, de prolonger la vie, enfin de garantir & prévenir les maux.*

*La ſanté eſt de tous les biens le plus précieux, c'eſt le plus riche tréſor que l'homme reçoit de la nature, puiſqu'il eſt vrai de dire que, ſans ce bien, tous les autres ne ſont rien.*

*Il a été un temps où les hommes plus entendus dans leurs intérêts, voulant jouir des avantages qui réſultent de la connoiſſance du tempérament, du régime qui convient à chacun, & des moyens que l'on a pour prévenir les maladies ou les arrêter dans leur commencement ſans prendre eux-mêmes ce ſoin, ſe faiſoient viſiter en ſanté par des Médecins qui portoient le nom d'*Hygiéniſtes, *c'eſt-à-dire, conſervateurs*

*de la ſanté, parce qu'ils s'appliquoient particulièrement à cette partie de la Médecine appelée* Hygienne, *dont l'objet eſt l'uſage modéré des ſix choſes non naturelles, comme l'air, l'eau, le ſommeil, la veille, le mouvement & le repos, les excrétions & ſécrétions, enfin les paſſions ou affections de l'ame, &c. Mais ce n'eſt plus qu'auprès des Rois que les Médecins exercent cette partie de leur art, & pour leurs amis ou pour eux-mêmes; cependant pour peu qu'on réfléchiſſe, ne doit-on pas ſentir qu'il eſt beaucoup plus aiſé de prévenir ou de remédier à des maladies qui commencent, & à des incommodités légères, qu'à des maux invétérés, & à des maladies graves? C'eſt ce qu'on a eu en vue dans cet Ouvrage.*

# LE GUIDE
# *DE SANTÉ,*

CONTENANT

## L'ART DE SE BIEN PORTER.

### PREMIÈRE PARTIE.

*De l'Éducation Phyſique des Enfans.*

### ARTICLE PREMIER.

*De la manière d'avoir des Enfans qui ſoient ſains & beaux.*

§ I.

ON remarque que des Parens mal-ſains, épuiſés par la maladie ou par la débauche, font des enfans débiles, languiſſans, ou mal conſtitués. On remarque au contraire que des Parens ſains, qui uſent rarement du plaiſir de l'amour, font des enfans bien portans,

d'un tempérament fort & robuſte. On remarque encore que les Parens dont les humeurs ſont empreintes de quelque venin, ſoit vérolique, ſoit écrouelleux, le communiquent à leurs enfans.

Pour faire un enfant ſain & vigoureux, il faut donc que les Parens évitent tout ce qui peut déranger leur ſanté; qu'ils uſent rarement du plaiſir de l'amour : on doit ſe marier dans un âge où l'on ne croît plus; c'eſt ordinairement à la vingt-cinquième année que nous ceſſons de croître. La mère, pendant la groſſeſſe, doit ſe donner de l'exercice; par ce moyen l'enfant devient plus fort & mieux muſclé. Elle doit auſſi prendre de bonne nourriture. Qui ignore qu'une mère qui vit miſérablement donne un tempérament foible à ſon enfant?

Rien ne contribue davantage à la ſanté & à la formation d'un bon tempérament, que la bonne qualité des alimens. Le dépériſſement du corps & ſon mauvais tempérament dépendent ſouvent des père & mère mal ſains ou mal conformés, & mal aſſortis dans leur union conjugale; ce ſont des faits qu'il n'eſt pas permis de révoquer en doute ſans donner un démenti à l'expérience; nous en avons tous les jours des exemples dans les familles. Si le contraire ſe rencontre quelquefois, la bienſéance nous empêche d'en approfondir les cauſes : mais ce qui peut nous inſtruire davantage à cet égard, ce ſont les obſervations qu'on eſt en état de faire ſur les

animaux domeſtiques de quelque eſpèce que ce ſoit. Comme l'eſpèce humaine ne diffère point de celle des animaux à l'égard de la multiplication, il eſt certain que la nature doit agir en nous de même que chez eux. Auſſi voyons-nous des peuples qui ont d'autres lois & d'autres uſages que les nôtres & dont le luxe n'a pas autant corrompu les mœurs, être mieux faits, plus grands & d'une ſanté plus ferme & plus robuſte : tels ſont les Flamands, les Hollandois, les Allemands & encore plus les peuples ſauvages.

## § II.

L'abbé *Quillet*, Médecin, a fait un Poëme ſur l'Art d'avoir de beaux Enfans *. Il exige, ſurtout du côté de la mère, une imagination vive, qui ſe laiſſe frapper agréablement, mais vivement, par toutes ſortes de beaux objets. Si une mère, dont l'imagination eſt vivement, mais déſagréablement agitée par la vue d'objets difformes, imprime ſur le fruit qu'elle porte l'image de l'objet qui l'a affecté déſagréablement, elle peut, par la même raiſon, lui imprimer les beaux traits qui l'ont charmée. On comprend aſſez que c'eſt

* Ce n'eſt pas la première fois que la Poëſie a répandu des fleurs ſur la ſcience la plus utile à l'humanité. Nous connoiſſons déjà les Poëmes latins de Syphilis *de Fracaſtor*, le Poëme ſur l'Inoculation, par l'abbé *Roman*, l'Ode ſur le même ſujet, par *M. Dorat*; mais il étoit réſervé à *M. Geoffroy* de faire parler le Dieu de la Poëſie & de la Médecine, en vers dignes du ſiècle d'Auguſte.

ſurtout dans le temps de la conception que la mère doit exercer ſon imagination pour avoir de beaux enfans. Ce que nous diſons ici pourra paroître ridicule à pluſieurs. J'ai des exemples ſi ſinguliers de ce que j'avance, qu'ils me forcent à ſurmonter la répugnance que j'ai à le croire moi-même.

## ARTICLE II.

### *De l'Éducation phyſique des Enfans.*

### § I.

L'ENFANT qui naît eſt couvert d'une craſſe ſouvent dangereuſe. Il convient de le laver. Il n'y a rien de meilleur qu'un tiers de vin & deux tiers d'eau tiède. Si la craſſe dont il eſt couvert eſt trop épaiſſe, on peut y ajouter un peu de ſavon. Il faut s'abſtenir de continuer à laver l'enfant avec l'eau tiède. L'eau froide eſt préférable, elle fortifie, elle aſſûre une ſanté ferme & robuſte; elle empêche les convulſions & mille autres maladies. L'eau tiède fait des effets contraires. Les enfans foibles ſont ceux qui ont le plus beſoin d'être lavés avec l'eau froide; à moins qu'ils ne ſoient ſi foibles qu'ils ayent beſoin de cordiaux & d'autres remèdes; ou que le temps ne ſoit ſi froid, qu'ils ayent beſoin de reſter dans une chambre où il y ait du feu.

L'eſtomac d'un enfant qui vient de naître

eſt rempli d'une matière viſqueuſe, appelée *meconium*, qui eſt la ſource de mille maux, ſi elle ne s'évacue. Quand elle ne s'évacue point, rien n'eſt meilleur que de faire vomir l'enfant, en irritant ſon goſier avec les barbes d'une plume. Si ce moyen eſt ſans ſuccès, on fait bouillir cinq ou ſix grains d'*hipecacuana* dans un peu d'eau. Quand cette eau a bouilli, on l'aromatiſe avec de l'eau de cannelle; on en fait prendre à l'enfant quelques cuillerées de quart-d'heure en quart-d'heure, juſqu'à ce que l'on voye qu'elle a produit quelqu'effet. On peut réitérer pluſieurs fois ce vomitif, ſi le petit malade n'en étoit point ſoulagé dès la première fois.

Il convient ſurtout, en commençant, d'écrire ſur l'éducation phyſique des enfans, de parler de l'eſtomac. L'eſtomac eſt dans tous les animaux la ſource de la ſanté. Les Anciens ont fait ſur l'eſtomac quatre Vers dont voici le ſens, qui devroient être connus de tous les hommes. *Quand l'eſtomac ſe porte bien, le corps ſe porte bien; quand l'eſtomac eſt malade, le corps eſt malade.*

Cette doctrine des Anciens eſt d'une vérité ſi conſtante, que la plupart des maladies des enfans & des adultes viennent de l'eſtomac. Un Lecteur curieux peut faire attention que tout ce que nous dirons dans ce guide a un rapport direct ou indirect à l'eſtomac : Quiconque ſait bien diriger & gouverner ſon eſtomac, peut être non ſeulement Médecin de ſoi-même, mais auſſi des autres.

## § II.

C'eſt une pratique pleine de dangers d'emmailloter les enfans. Le maillot tue un nombre infini d'enfans. Il les empêche de devenir auſſi forts qu'ils le ſeroient, s'ils avoient l'uſage libre de leurs membres. Le maillot empêche les enfans de reſpirer librement. Il fait des boſſus, des tortus. Les Américains n'emmaillotent point leurs enfans. On ne voit point chez eux des enfans eſtropiés pour le reſte de leur vie.

Le plus grand mal des maillots eſt d'empêcher les digeſtions, de priver l'enfant du mouvement des pieds & des mains, néceſſaire pour que la circulation du ſang & les ſecrétions ſe faſſent bien.

## § III.

On doit donner à un enfant, autant qu'il eſt poſſible, une nourrice accouchée depuis peu; il faut qu'elle ſoit ſaine; une nourrice malade, gâtée par la vérole ou par quelqu'autre virus, le communique à l'enfant qu'elle allaite.

Il faut qu'une nourrice ſoit d'un âge moyen; il faut éviter de prendre celles qui ſont ſur le point de ceſſer d'être réglées. C'eſt ordinairement à quarante, ou quarante-cinq ans que les femmes ceſſent d'être réglées.

Il faut qu'une nourrice ne ſoit point dans la miſère. Les malheureux qui manquent de nourriture ont leurs humeurs qui dégénèrent.

Ceux qui mangent de mauvaiſe nourriture, engendrent auſſi de mauvaiſes humeurs.

## § IV.

Il ſeroit à ſouhaiter qu'un enfant fut nourri par ſa mère, ſans être dans le cas qu'un lait étranger & mercenaire faſſe ſa première nourriture, car c'eſt un vrai haſard quand il ſe rencontre une nourrice dont le tempérament ſoit abſolument ſemblable à celui de la mère qui l'a porté dans ſon ſein. Dans ces circonſtances, je conviens qu'il pourroit être élevé tout auſſi bien que s'il avoit ſucé le lait de celle qui l'a mis au monde. Mais quelque bon & ſain que puiſſe être le lait de cette nourrice, cela ne ſuffit pas, car il faudroit qu'il fut pareil à celui de la mère, & c'eſt ce qui n'arrive preſque jamais: en voici la preuve. Si la nourrice devient enceinte dans le temps qu'elle allaite un enfant étranger, cet enfant en contracte une maladie & eſt en danger de périr; il n'en eſt pas de même quand la mère qui l'a engendré & qui le nourrit, devient enceinte. Cela ne lui fait pas à beaucoup près autant de tort: ſigne certain & évident que le lait d'une femme étrangère n'a jamais pour un enfant la même qualité que celui de la véritable mère, puiſqu'une foible altération dans le lait, cauſée par la groſſeſſe, devient nuiſible au nourriſſon étranger & ne l'eſt point à l'enfant formé du même ſang.

## § V.

On doit faire attention que la bouillie que l'on donne aux enfans ne ſoit point trop épaiſſe. En général la bouillie eſt indigeſte : elle ne devroit pas être l'aliment des enfans. Quand les enfans ne la digèrent pas bien, elle leur occaſionne la colique ou le dévoiement. On pourroit ſubſtituer à la bouillie, du lait bouilli avec du pain, de la panade, de la ſoupe, &c.

## § VI.

On comprend aſſez que les liqueurs ſpiritueuſes, les viandes, les alimens trop ſolides, trop ſalés, ou difficiles à digérer, ne conviennent point à un enfant âgé de quelques mois; la foibleſſe de ſon eſtomac demande qu'on lui donne des alimens de facile digeſtion, qu'il mange peu, mais ſouvent. L'on s'imagine ſouvent que les pleurs d'un enfant ſont les cris de la faim. Les pleurs ſont ſouvent l'effet du mal-aiſe que lui donne un eſtomac trop rempli. Ceux qui donnent beaucoup à manger à leurs enfans dans l'eſpérance de les fortifier, ſe trompent. Tout ce qu'un enfant prend au delà de ſes beſoins l'affoiblit. Le trop d'aliment produit de mauvaiſes digeſtions ; de mauvaiſes digeſtions produiſent la colique, le carreau, les écrouelles.

## § VII.

Quand un enfant avance en âge, on peut lui donner des nourritures plus ſolides. On

doit toujours faire attention ſi les enfans digèrent bien la nourriture qu'on leur donne. C'eſt par la conſiſtance des matières ſtercorales qu'on juge qu'un enfant digère bien.

## § VIII.

Il faut renouveler le plus ſouvent que l'on pourra l'air des endroits que les enfans habitent. L'air de la campagne convient mieux aux enfans que celui des Villes. J'ai vu à Paris des enfans très-ſains, quand ils revenoient de nourrice, devenir très-mal ſains quand ils avoient reſpiré quelque temps l'air de certains quartiers de Paris.

## § IX.

Il faut donner aux enfans le plus de mouvement qu'il eſt poſſible dès qu'ils ont quelques ſemaines (car les premiers jours de leur vie ſont deſtinés par la nature au repos & au ſommeil). On peut pour ce ſujet les porter ſur les bras, ſur de petites voitures. L'exercice ou le mouvement fortifie les enfans.

## § X.

Les uſages les plus pernicieux, ſont ceux qui règnent avec le plus d'empire & qui s'étendent avec le plus de facilité; un des plus univerſels, & en même temps des plus mauvais, eſt celui de remuer de côté & d'autre un enfant, ſoit ſur les genoux, ſoit dans ſon lit, pour le provoquer au ſommeil. Cet uſage a même paru d'une utilité ſi eſſentielle, que le

petit lit dans lequel on fait repoſer les enfans, a pris une forme propice à ce mouvement, & un nom qui exprime l'action. Mais cette méthode de bercer eſt abſolument abuſive & directement oppoſée au but que l'on ſe propoſe en la ſuivant.

Ce ballottement n'endort les enfans que parce qu'il les étourdit & fatigue inutilement leur cerveau; & comme les fibres en ſont extrêmement tendres, il y peut cauſer les plus fâcheux effets. D'ailleurs le mouvement nuit à la digeſtion & empêche qu'elle ne ſe faſſe naturellement. Il peut même occaſionner des vomiſſemens à l'enfant, aigrir ou altérer le lait qu'il a encore dans l'eſtomac & ainſi leur procurer de violentes tranchées. Faut-il après cela s'étonner ſi tant d'enfans périſſent par les vers, les tranchées & maux de ventre?

## § XI.

Si les enfans ont quelque écoulement par la peau, il faut bien ſe garder de l'arrêter, il faut en favoriſer la ſortie autant qu'on pourra, faire ſurtout attention dans ce temps que l'enfant ne mange que des choſes ſaines qu'il digère aiſément, & qu'il vive en bon air: on peut auſſi de temps en temps lui retrancher quelque choſe de ſes petits repas. Si ces écoulemens ſont opiniâtres, ils peuvent être l'effet du lait. Dans ce cas il convient de changer la nourrice, de lui faire prendre de l'infuſion de quelque plante apé-

ritive, celle des fleurs du tilleul à laquelle on ajoute un peu de ſucre, &c., & de le purger de temps en temps avec une once de fleurs de pêcher compoſé.

## § XII.

Quand les enfans croiſſent en âge, il faut leur donner plus d'exercice. Il faut les laiſſer promener, courir tant qu'ils veulent. Dès qu'ils ſont en état de marcher, il faut les accoutumer au froid, à être vêtus légèrement en toute ſaiſon. Un froid médiocre n'incommode pas les enfans ſi fort que l'on penſe. Il eſt ſalutaire, il affermit la ſanté. L'habitude d'élever les enfans dans un appartement chaud eſt nuiſible; cette chaleur dérange la tranſpiration lorſque l'on s'expoſe au moindre froid, & occaſionne toutes ſortes de maladies.

## § XIII.

Il ſeroit à ſouhaiter que les mères ſe chargeaſſent du ſoin de ſévrer leurs enfans; leur préſence ſeule peut attirer l'attention de tous ceux qui les environnent, & l'amour maternel eſt inceſſamment dans le cas d'écarter ce déluge de maux auxquels ces enfans ſont ordinairement en proie chez ces femmes ignorantes & avides, qui font ſurtout dans les Villes le dangereux métier de ſévreuſes. Nous nous attendons bien que tout ce que nous diſons ici ſera en pure perte, pour la plupart des femmes. Mais doit-on s'étonner qu'une mère qui a dédaigné de nourrir

ſon enfant de ſon propre lait, veuille encore ſe diſpenſer du ſoin de le ſévrer par elle-même.

## § XIV.

On doit avoir attention ſurtout de ne point ſerrer les enfans dans leurs habits. La gêne que les lacets, les corps, les habits étroits, leur occaſionnent, les empêchent d'épaiſſir également, de croître & de ſe fortifier. Le corps d'un enfant eſt comme le corps d'une plante: ſi on ſerre une plante, on l'empêchera de croître dans l'endroit où on l'aura ſerrée. Le plus grand mal que les corps font, eſt de déranger les digeſtions, & de troubler les ſecrétions. C'eſt de la bonté des digeſtions & des ſecrétions, que dépend la ſanté.

## § XV.

Il arrive quelquefois que les enfans viennent au monde rachitiques, les jambes ou les cuiſſes comme torſes ou courbées; on corrige cette difformité, ſurtout par un régime de vie fortifiant, en couchant l'enfant ſur un lit dur, en lui donnant des nourritures ſaines, & en lui faiſant prendre un exercice modéré dans un bon air.

## § XVI.

Les Anciens portoient plus loin que nous les ſoins qu'ils prenoient d'embellir le corps & d'apprêter la figure. Galien fait mention en pluſieurs endroits, d'une eſpèce de Pen-

sionnat, que notre frivolité n'a pas encore imaginé, & les *Andrapodocapelois* ne tarderont pas à être connus parmi nous. C'étoient des Grecs qui logeoient de jeunes filles, des Eunuques & de jeunes Garçons, sans toutefois qu'il fut question d'aucune sorte de débauche dans leur commerce. Leur ministère étoit d'employer les moyens d'embellir le corps de ceux qu'on leur confioit: ils avoient coutume de laver le visage de leurs élèves avec de la décoction d'orge passée de la farine de fèves, & quelquefois du nitre, afin de *brillanter* le visage; ils battoient les hanches de ceux qui étoient maigres, avec des cordes, & les frottoient ensuite d'huile, apparemment pour assoupir, & fortifier des parties trop peu nourries. Aux jeunes filles, ils serroient les côtés avec des bandelettes, afin de relever la gorge & la soutenir; & pour remplir les hanches, ils leur faisoient tomber les poils qui déparoient les joues ou quelqu'autre partie dont ils vouloient tirer plus d'avantage. Ils leur apprenoient les moyens de conserver cet air de fraîcheur que l'usage se hâte trop de dissiper, & peut-être aussi ceux de tromper l'Amour.

## § XVII.

C'est une fort mauvaise habitude de faire peur du loup, ou du revenant aux petits enfans pour les engager à être sages. Cette habitude rend les enfans timides, leur donne des frayeurs, des saisissemens quand ils sont

ſeuls, & leur occaſionne des maladies ſouvent dangereuſes.

## § XVIII.

Je ne ſais ſi c'eſt un bien d'élever les enfans, dès qu'ils ont l'âge de raiſon, dans l'étude des principes des langues difficiles. La tenſion de l'eſprit néceſſaire pour apprendre les principes d'une langue, ne peut être que nuiſible à la ſanté. Il eſt certain que ſans cette démangeaiſon que les enfans ont de cauſer en claſſe, de jouer, de s'agacer mutuellement, nous verrions nombre d'enfans hypocondriaques, foibles & valétudinaires.

## § XIX.

Il eſt une attention que l'on doit avoir pour les enfans qu'on deſtine à travailler; il faut éviter de les laiſſer porter de gros fardeaux. Un travail précoce auquel on aſtreint les enfans, eſt un mal phyſique pour l'état. Un travail précoce détruit le corps, fait vieillir, abrège la vie. C'eſt pour cela que nous voyons ſouvent réunis dans de petits Payſans de douze à quinze ans, des phyſionomies de vingt ans & des corps de quinze ans. Le travail précoce les fait ſouvent tomber dans une conſomption qui les tue de bonne heure.

## § XX.

Nous ne pouvons pas mieux finir le Chapitre de l'éducation phyſique des enfans, qu'en recommandant de leur faire prendre beaucoup

d'exercice, de les envoyer, de temps en temps, reſpirer l'air de la campagne. Je me rappelle que reſtant dans un Collége où le Principal nous envoyoit rarement promener à la campagne, où nous avions peu de récréations après les repas, je voyois pluſieurs écoliers malades, languiſſans. Le Principal conſulta un Médecin prudent, qui lui répondit que l'indiſpoſition de ſes écoliers venoit de leur vie trop ſédentaire ; qu'il falloit les envoyer promener tous les jours de congé à la campagne; établir après les repas des jeux qui procuraſſent au corps un exercice modéré, & obliger tous les étudians de ſe livrer à ces jeux.

## § XXI.

Il faut éloigner des enfans toutes les occaſions qui peuvent les faire penſer à l'amour. On peut leur dire en général que l'amour eſt l'amitié. Les plaiſirs de l'amour détruiſent les forces du tempérament des enfans, ils les rendent foibles, languiſſans; ils excitent la phtyſie & la pulmonie. Nous avons beaucoup d'exemples d'enfans à qui les plaiſirs de l'amour ont cauſé la mort. Apprendre aux enfans ce que c'eſt que l'amour, c'eſt leur faire boire un poiſon lent, qui détruit inſenſiblement les forces du tempérament. Ce poiſon opère d'autant plus ſurement, que les enfans aiment à s'en enivrer. Des Parens qui s'apperçoivent que leurs enfans s'adonnent à la maſturbation, doivent

les avoir continuellement sous leurs yeux ; & les faire lever dès qu'ils sont éveillés.

La plupart des santés foibles des enfans vient de ce qu'ils se livrent à l'amour. Il faut croître avant que d'aimer & d'engendrer.

## § XXII.

Il seroit difficile de déterminer l'âge auquel l'homme devient capable de produire son semblable, & le temps où il cesse d'avoir des désirs. Le Docteur *Venette*, dans son Tableau de l'Amour conjugal, cite des observations qui prouvent qu'il y a eu des hommes qui ont été pères à dix ans, & qu'il s'est trouvé des femmes de neuf ans qui ont mérité le nom de mères. Il n'y a pas long-temps que l'on a vu à Paris un exemple de cette espèce de phénomène. On trouve dans les Annales de Suabe, qu'en 1278, une fille qui n'étoit âgée que de huit ans, accoucha d'un garçon ; & Saint-Jérôme assure, qu'un enfant de dix ans engrossa une nourrice avec laquelle il coucha. Au reste, le climat influe beaucoup sur la disposition plus ou moins avancée, qui rend propre à goûter les plaisirs de l'amour. Des relations témoignent que celui qui veut se marier dans le Royaume de Calicut, doit prendre une fille, pour la trouver vierge, au dessous de huit ans. Aux Maldives, les filles ne sont pas tout à fait si précoces, mais à dix & onze ans, on se presse de les marier, parce que, disent les Pères,

c'est un grand péché que de leur laisser endurer la *nécessité d'hommes*. Il y a dans l'Inde des contrées où les femmes accouchent à sept ans, & sont vieilles à trente-six.

## § XXIII.

L'éducation physique du sexe ne diffère point de celle que nous venons de prescrire pour les hommes. Comme les femmes sont plus foibles, elles sont exposées à un plus grand nombre de maladies que les hommes; on doit donc être plus attentif à fortifier le tempérament des jeunes filles par l'exercice, par un régime de vie convenable, que le tempérament des jeunes garçons.

La nature assujettit les femmes à un écoulement de sang périodique : cet écoulement commence quelquefois à douze ans, quelquefois à seize ans. Les jeunes filles sont alors souvent exposées à avoir les pâles-couleurs, à contracter des maladies de langueur. On s'imagine qu'en provoquant leurs règles par l'usage des remèdes échauffans, on les guérira : On se trompe. Le retardement de leurs règles n'est pas la cause de leurs pâles-couleurs; mais leurs pâles-couleurs sont la cause du retardement de leurs règles. On prévient & on guérit cet état de langueur, en fortifiant le tempérament du sexe par l'exercice, par l'usage d'un bon air, & des bons alimens.

Il faut convenir cependant qu'il est aussi des femmes en qui le retardement des règles

cauſe les pâles-couleurs. La nature du ſang menſtruel eſt un ſang vicieux, qui nuit à la maſſe du ſang, qui peut cauſer les pâles-couleurs. Les vaiſſeaux de la matrice, qui ne ſont pas encore aſſez développés, peuvent empêcher le flux du ſang menſtruel. Le mariage ou l'exercice conviennent dans ce dernier cas.

## SECONDE PARTIE.

*De l'Éducation physique des Adultes, du choix des choses non naturelles, comme de l'air, des alimens, &c. pour se bien porter.*

### ARTICLE PREMIER.

*De l'Air & du Régime de vie que l'on doit suivre dans les différentes températures, les différentes saisons; du choix des demeures, &c.*

§ I.

L'AIR trop chaud ou trop sec dissipe les parties les plus fluides de nos humeurs, donne lieu aux maladies inflammatoires & à la mélancolie. On prévient ces effets, en jetant çà & là de l'eau dans son appartement, en y ayant des vases pleins d'eau dans lesquels on met des branches de saule, de peuplier, de sureau, d'obier & de mûrier; en se baignant souvent, mais non long-temps, les bains même froids, qui sont longs peuvent affoiblir. Ceux qui durent peu de temps fortifient.

C'est surtout dans les grandes chaleurs qu'il convient de modérer l'usage de la viande, des aromates, des liqueurs fortes; qu'il convient de vivre de végétaux, de mêler son vin avec beaucoup d'eau. C'est un ré-

gime de vie contraire à celui que nous prescrivons, qui donne aux Italiens un tempérament mélancolique, & qui cause tant de fièvres malignes que nous voyons dans le temps des grandes chaleurs.

Comme l'air trop chaud affoiblit beaucoup, il faut prendre garde de ne pas tout à fait abandonner l'usage des fortifians. Les rafraîchissans que nous avons conseillés dans les temps chauds, ne doivent servir qu'à tempérer les fortifians, comme le vin, les aromates.

## § II.

L'air trop froid occasionne les maladies inflammatoires, la gangrène. Le corps perd beaucoup de sa substance pendant le temps froid. Notre appétit augmente dans le temps froid. On boit & on mange assez impunément ce que l'on veut dans le temps froid. Les forces de l'estomac sont plus grandes dans ce temps.

Il faut éviter dans les temps froids de respirer un air trop chaud, & de s'exposer ensuite au froid. Cette vicissitude occasionne des rhumes, des fluxions de poitrine. L'habitude de vivre dans les temps les moins froids, dans des appartemens chauds, occasionne la plupart des rhumes & des rhumatismes que nous voyons au commencement de l'hiver ; l'habitude de vivre dans une atmosphère froide, empêche ces maladies.

Un froid modéré rétablit la transpiration dans

dans ceux chez qui elle eſt dérangée ; il fortifie le corps, il le rend plus leſte, plus agile. Le grand chaud opère des effets contraires.

C'eſt une fort mauvaiſe habitude de ſe chauffer avec du charbon ou de la braiſe qui ne ſoit pas ſous une cheminée. Il n'y a pas d'année que la vapeur du charbon ou de la braiſe ne faſſe mourir quelqu'un. Les perſonnes qui ſe ſentent incommodées de la vapeur du charbon, ſe trouvent ſoulagées dès qu'elles ſont au grand air. L'on ſe trompe en croyant que pour éviter le danger du charbon ou de la braiſe allumés, il ſuffit de les avoir laiſſé brûler au grand air ou d'y avoir jeté du ſel, ou mis un morceau de fer dans le vaſe où ils s'allument. Le charbon qui ne flamme pas ſous une cheminée, exhale un eſprit ſubtil qui détruit le mouvement de nos nerfs. Quand il eſt allumé ſous une cheminée, l'eſprit qu'il exhale ne parvient pas juſqu'à nous.

## § III.

Un air trop humide affoiblit extraordinairement les forces du corps, il cauſe des diarrhées, des péripneumonies fauſſes. On corrige ce défaut de l'air par le feu, en ſe chauffant dans cette conſtitution de l'air, en ſuivant un régime de vie fortifiant. Il faut corriger par la force des alimens la foibleſſe des élémens.

## § IV.

Un air pesant est sain. Celui qui est léger incommode les phtysiques & ceux qui ont la poitrine froide. Ils peuvent éviter cet inconvénient en choisissant leur demeure dans les lieux les plus bas de la ville.

## § V.

Pour déterminer surement les effets de l'air d'un lieu, il faut connoître les vents qui y soufflent, l'endroit d'où ils soufflent & les exhalaisons & les vapeurs qui y règnent. Si les vents qui passent dans un endroit ont parcouru des lieux mal sains, ils apportent avec eux mille principes nuisibles à la santé. Hippocrate préserva sa Patrie de la peste, en faisant allumer de grands feux du côté d'où les vents souffloient. Il faut remarquer que le feu détruit tous les poisons, & que la peste étoit dans le pays d'où les vents souffloient dans la patrie d'Hippocrate.

On détermine encore surement les effets de l'air d'un endroit, quand on connoît la manière de vivre des habitans, la structure de leurs maisons.

L'air de Paris, ainsi que celui des Villes qui sont fort peuplées, dont les rues sont étroites & les maisons hautes, est mal-sain. La mal-propreté empeste aussi souvent l'air & occasionne des maladies épidémiques. On les a souvent fait cesser dans les villages, en

comblant certains égoûts où l'on met le fumier pour le faire pourrir.

Il eſt important, comme l'on voit, d'étudier la nature de l'air du pays & des demeures que l'on veut habiter.

## § VI.

Une maiſon eſt mal-ſaine quand le rez-de-chauſſée eſt humide & n'eſt expoſé à aucun vent. Si l'on eſt obligé d'habiter une pareille maiſon, il faut ſe garder de coucher dans le rez-de-chauſſée.

Une maiſon eſt encore mal-ſaine quand elle eſt environnée d'égoûts & de lieux malpropres.

Quand on eſt maître de ſe choiſir une maiſon, ſoit à la ville, ſoit à la campagne, il s'en faut choiſir une ſur des lieux élevés, expoſée à un vent ſain. Le vent le plus ſain pour les demeures eſt celui qui parcourt de belles campagnes ſemées de plantes odoriférantes, ou du moins non nuiſibles. Il faut toutefois remarquer ici que les lieux élevés ne conviennent point aux perſonnes malades de la poitrine.

Il faut auſſi éviter de ſe choiſir une demeure ſur les bords de la mer. L'air de la mer eſt chargé de mille corps étrangers qui altèrent ſa pureté.

## § VII.

L'air le plus pur, qui a déjà été reſpiré, eſt mauvais. C'eſt pourquoi il importe d'ouvrir

les fenêtres de ſa chambre lorſqu'on eſt levé, afin de changer l'air.

Ceux qui dorment dans de petits cabinets, dans des lits exactement clos, ſont expoſés à reſpirer un mauvais air, parce qu'une certaine quantité d'air reſpirée infecte bientôt la quantité d'air qui eſt dans de petits appartemens. Il eſt plus ſain, comme on le voit, de dormir dans de grands appartemens, ſurtout quand on eſt malade, & quand on reſte long-temps au lit, que dans de petits. Il faut ſe garder de dormir les fenêtres ouvertes, ou entr'ouvertes, on s'expoſe par là aux rhumatiſmes. C'eſt la négligence qu'on a de bien fermer ſes fenêtres & ſes rideaux qui rend le regard hagard, comme malgré ſoi, lorſqu'on parle à quelqu'un.

Il faut auſſi remarquer, en finiſſant cet article de l'air, que les vapeurs d'une lampe ou d'une bougie altèrent la pureté de l'air des appartemens, ſurtout des petits cabinets. Les perſonnes d'étude qui reſtent long-temps dans leurs cabinets, peuvent empêcher ce mauvais effet en couvrant leurs lampes ou leurs bougies d'un chapiteau qui communique avec un tuyau qui conduit la fumée ſoit dans la cheminée, ſoit dans la rue.

## ARTICLE II.

### *De l'Eau & de ses Usages.*

### § VIII.

QUOIQUE l'eau soit la boisson la plus saine, il seroit imprudent à un homme accoutumé à ne boire que du vin ou quelque autre liqueur, de ne vouloir boire que de l'eau. Il ne faut pas changer tout à coup, dit Hippocrate, nos habitudes, même mauvaises, mais petit à petit. On peut néanmoins, sans crainte, accoutumer les enfans & les adultes qui sont d'un fort tempérament, à ne boire que de l'eau. On peut même dire en général que l'eau pour unique boisson, convient à ceux qui sont d'un tempérament chaud. Mais il convient de prescrire aux personnes d'un tempérament foible, de mêler un peu de vin à leur eau, afin d'augmenter les forces de l'estomac, & de favoriser les digestions.

### § IX.

Il faut rechercher l'eau la plus saine. On juge qu'une eau est saine, lorsqu'elle n'a aucun goût, ni aucune odeur, qu'elle est bien claire, qu'elle dissout bien le savon, & cuit aisément les légumes.

### § X.

Il faut bien se garder de boire de mauvaises eaux : elles sont la source de plusieurs

maladies, comme le goître, les écrouelles, &c. Quand on eſt obligé d'en boire, il faut obſerver les précautions ſuivantes.

Lorſque l'eau eſt trouble, il ſuffit le plus ſouvent de la laiſſer en repos afin de l'éclaircir.

Si l'eau eſt bourbeuſe, il faut la jeter dans un vaiſſeau rempli à moitié de ſable, l'agiter enſuite quelque temps. Le ſable, en tombant au fond du vaſe, entraîne avec lui les ſaletés de l'eau.

Lorſqu'on a de l'eau ſéléniteuſe (on appelle ainſi les eaux dures dans leſquelles le ſavon ſe fond difficilement, & dans leſquelles les plantes farineuſes & les légumes deviennent dures, au lieu de s'amollir), il faut la faire bouillir, & y faire infuſer quelques plantes aromatiques.

Si on eſt obligé de ſe ſervir d'eau corrompue, on y jettera un peu de vinaigre, ou on y fera bouillir quelques plantes aromatiques, comme le thim, la ſauge, la marjolaine ou autres. Quoique l'eau à Paris ſoit ſaine, il ſeroit ſage à ceux qui la boivent pure, de la faire bouillir avec de la ſauge ou quelque autre plante aromatique; cette précaution les préſerveroit des dévoyemens & des indigeſtions.

Le Baron van Swieten conſeille de corriger les mauvaiſes eaux en mettant à chaque pinte une once d'eau-de-vie, ou de faire infuſer ou bouillir de la racine de *Calamus aromaticus*, jonc odorant; on peut ſubſtituer

toute autre partie d'une plante odoriférante, dont on fait uſage intérieurement.

## § XI.

L'eau ne ſert pas ſeulement à nous déſaltérer; elle eſt encore d'un uſage auſſi utile que familier : on connoît le prix des bains.

Il eſt pluſieurs ſortes de bains. Il y a le bain d'air; il y a le bain d'eau froide, & le bain d'eau chaude.

Nous avons dû dire à l'article de l'Air, que le bain d'air ſe prenoit en ſe promenant nu dans ſa chambre. Ce bain eſt ſalutaire, il fortifie, il convient aux perſonnes foibles.

Le bain froid ſe prend l'été à la rivière ou chez ſoi. On ne peut dire combien le bain froid procure d'avantages; il fortifie, il délaye nos humeurs, il en tempère l'ardeur, il émouſſe les ſels âcres irritans de nos humeurs. Ce bain convient aux perſonnes foibles.

Le bain tiède a les mêmes avantages que le bain froid, mais il affoiblit.

Le bain froid immodérément pris affoiblit auſſi, parce qu'il relâche & ramollit la peau du corps par les particules les plus fines de l'eau qui s'y inſinuent.

Souvent l'adminiſtration des bains ne peut avoir lieu, ſurtout pour les femmes enceintes, les poitrinaires, &c. Dans ces circonſtances on peut leur en ſubſtituer d'internes, qui conſiſtent en lavemens compoſés d'eau ſimple ou d'une décoction d'herbes émollientes.

Rien n'eſt au monde plus néceſſaire à la ſanté que d'avoir le ventre libre : Des Courtiſans à Rome, demandoient chaque matin à un Valet-de-chambre d'un Pape, comment ſe portoit le Saint-Père : Pour prouver combien la ſanté de ce Prince de l'Egliſe étoit bonne, cet Officier s'écrioit avec enthouſiaſme : *ſua ſantita va benè, beniſſime, ha fatto ſta mattina una cacata ſtupendiſſima.* Sa Sainteté ſe porte bien & très-bien, elle a pouſſé ce matin une ſelle très-copieuſe.

---

## ARTICLE III.

### *Des Alimens tirés des Animaux.*

### § XII.

ON diſpute s'il vaut mieux vivre d'animaux que de végétaux. Quoique l'on en diſe, nos tempéramens ſont trop affoiblis pour que nous puiſſions ne vivre que de végétaux ou de légumes. Les jeunes animaux ont les fibres plus tendres, ils ſont plus faciles à digérer que les vieux; c'eſt pourquoi le poulet ſe digère plus aiſément que la poule. La vieille poule cependant rend un ſuc plus fin & plus diviſé que le poulet. Le bœuf donne en décoction un ſuc excellent, il forme d'excellens bouillons, il eſt lui-même un bon aliment. Le lièvre, la bécaſſe donnent des ſucs plus diviſés, plus fins & plus odorans que le bœuf, ils ſe digèrent aſſez aiſément. Le la-

pin, la caille donnent un ſuc doux, nourriſſant. Le veau forme des bouillons rafraîchiſſans, il eſt peu nourriſſant. Le mouton eſt plus nourriſſant, il forme des bouillons plus forts que le veau. Le poumon des animaux forme une exception à nos principes, il donne un mucilage ou ſuc fort doux.

Les poiſſons d'eau douce, comme la carpe, la tanche, le brochet, la loche, ſont faciles à digérer; ils ſont légers. L'anguille eſt peſante, nourriſſante néanmoins. Les poiſſons tels que la morue, le ſaumon, la raie, ſont des alimens nourriſſans. Quand les poiſſons ont fermenté, quand ils ont ce qu'on appelle le goût de marée, il ſont des alimens mal-ſains.

Les œufs ſont un mucilage fort nourriſſant; quand ils ſont durs, ils ſont difficiles à digérer, parce qu'un mucilage eſt d'autant plus difficile à digérer qu'il eſt moins porreux, qu'il eſt plus ſolide, qu'il pèſe davantage, & qu'il contient plus de matière ſous le même volume.

Le lait eſt un chile tout formé. Le lait de femme eſt celui qui convient le mieux à l'homme; ſes parties ſont plus atténuées; le lait de vache eſt plus épais & a ſes parties plus denſes. Le lait de chèvre eſt échauffant, il convient aux tempéramens froids: il a ſes parties fort atténuées & peu de ſéroſité. Le lait de brebis a les vertus du lait de chèvre, mais à un plus haut dégré. Le lait d'âneſſe eſt fort ſéreux & fort peu nourriſſant.

## ARTICLE IV.

### *Des Alimens tirés des Végétaux.*

### § XIII.

CEUX qui croient que les perſonnes qui ne ſe nourriſſent que de végétaux, comme les légumes, vivent plus ſaines & plus longtemps que celles qui ſe nourriſſent d'animaux, citent les exemples des anachorètes, des montagnards & de certains forçats qui vivent un ſiècle ſouvent ſans maladie. Cet exemple eſt ſéduiſant; il a induit en erreur un grand nombre de tempéramens foibles qui ont voulu ne vivre que de végétaux, & qui ont été la victime de la doctrine des partiſans de végétaux. Les Anachorètes, les Montagnards, les Forçats qui ne ſe nourriſſent que des végétaux, ſont des tempéramens extraordinairement forts, qui du moins ont été habitués dès l'enfance à ce régime de vie. Les végétaux pour unique nourriture ne conviennent qu'à des tempéramens forts, ou qu'à ceux qui y ſont habitués dès l'enfance. Ils tuent les tempéramens foibles. Ceux qui ont voyagé apperçoivent que la ſanté, la force des tempéramens, eſt différente dans les différens pays. Dans la Provence & dans le Languedoc, les habitans, même ceux du dernier rang, ont un air fort & robuſte. Dans certains cantons de la Cham-

pagne, les habitans ont l'air foible, languiſſant. Ces différens tempéramens viennent de la différence des nourritures. La Provence eſt un pays plus riche, plus fertile que la Champagne, & l'habitant ſe nourrit mieux.

Le pain eſt la baſe des alimens; pour qu'il ſoit bon, il faut qu'il ait fermenté, qu'il ſoit léger, qu'il n'ait aucun goût éminent. Sous un même volume donné, moins un aliment contient de matière, plus il eſt léger. C'eſt pourquoi il faut faire fermenter la farine; la fermentation augmente le volume de la matière du pain. Le pain de froment eſt le plus ſain; le pain de ſeigle eſt plus rafraîchiſſant. Le pain d'orge & de châtaigne eſt plus peſant.

Les petits pois verts ſont tendres, rafraîchiſſans & nourriſſans. Les haricots ſont difficiles à digérer. L'oſeille eſt rafraîchiſſante. La poirée eſt adouciſſante. Les plantes potagères, comme les panais, le poireau, la carotte, le céleri, cuits dans le potage, donnent un ſel aromatique qui en augmente la vertu & en facilite la digeſtion. Les aromates, comme le poivre, la cannelle, la muſcade, le café, le chocolat, ſont ſtomachiques; ils conviennent aux eſtomacs pareſſeux qui digèrent avec peine.

## ARTICLE V.

### *Des Boiſſons.*

### § XIV.

*VOYEZ au paragraphe 8 & ſuivans ce que nous avons dit de l'Eau.*

La bière eſt une boiſſon nourriſſante & rafraîchiſſante ; la bière eſt une forte décoction d'orge & de houblon. Le vin eſt rafraîchiſſant quand il eſt mêlé avec beaucoup d'eau. Le vin pur échauffe ; plus il eſt nouveau, plus il eſt échauffant ; le vin vieux en général eſt un grand cordial & un grand ſtomachique, ſoit dans l'état de ſanté, ſoit dans l'état de maladie, ſurtout pour ceux qui n'en font point uſage habituellement.

Le vin pour les enfans eſt contraire à l'accroiſſement de leur corps ; à l'égard des perſonnes adultes, il leur eſt contraire auſſi, à moins qu'on ne le tempère en y mêlant beaucoup d'eau.

Le plus ſain & le meilleur de tous les vins de France eſt le vin de Bourgogne ; il égaye, réchauffe, nourrit & porte peu à la tête. Le vin de Champagne eſt plus léger, plus agréable, mais moins ſolide & plus capiteux. Le vin de Bordeaux eſt bienfaiſant & ami de l'eſtomac. Le vin d'Eſpagne, dont les meilleurs ſont les vins de Malaga, d'Alicante, de Xérès, de Rota, nourriſſent beau-

coup & portent moins à la tête que ceux qui ſont ſpiritueux. Le vin d'Italie, le vin de Canaries, celui de Madère, ſont très-propres à relever les forces abattues

Le cidre eſt une boiſſon fort agréable, dont on fait beaucoup d'uſage en Normandie. Il eſt ſujet à peſer ſur l'eſtomac; mais il eſt en revanche très-propre à fortifier les fibres délicates des perſonnes menacées de phtyſie. Bien des gens prétendent qu'il eſt utile aux mélancoliques & aux ſcorbutiques. Il y a cependant des perſonnes à qui il cauſe des tranchées.

Il ſemble que nous ne pouvons nous empêcher de parler ici amplement de l'uſage des boiſſons, de thé, de café, de chocolat, dont le luxe a introduit l'uſage. Je regarde ces boiſſons comme des remèdes pour les eſtomacs foibles, qui n'en font pas habituellement uſage. Le thé eſt apéritif, pénétrant, délayant; c'eſt-à-dire, qu'il chaſſe la tranſpiration arrêtée & les matières nuiſibles du corps. Le café, le chocolat donnent du reſſort aux eſtomacs foibles & relâchés.

Ceux qui ne peuvent ſe paſſer de ces différentes boiſſons ſont à plaindre. Premiérement parce qu'ils prouvent qu'ils ſont malades. Secondement parce que dans les maladies où l'uſage de ces boiſſons convient, elles leur deviennent inutiles. Leur eſtomac en exige néceſſairement de plus fortes.

Le thé ainſi que toutes les boiſſons chaudes, ſont trop relâchantes pour être miſes en

uſage journellement par toute ſorte de perſonnes indifféremment. Cette boiſſon ne doit être priſe que modérément; elle diſſipe l'ivreſſe & dégage l'eſtomac ſurchargé d'alimens.

Le café eſt une liqueur trop à la mode pour que l'on vienne jamais à bout de perſuader aux hommes, je ne dis pas de l'abandonner, mais ſeulement d'en uſer avec modération. Cette liqueur irrite la fibre, attaque les nerfs & occaſionne un dérangement total de l'économie animale. Il ne convient nullement aux jeunes gens, & combien de jeunes demoiſelles & de jeunes femmes doivent à l'abus qu'elles font de cette liqueur, de ne jamais jouir d'une bonne ſanté. Il y a tant d'autres plaiſirs pour cet âge, qu'on peut ſans regret laiſſer jouir de celui-là les perſonnes phlegmatiques, pituiteuſes, froides, celles qui mènent une vie ſédentaire, & les gens de cabinet qui mangent beaucoup.

Le chocolat eſt plutôt un aliment qu'une boiſſon. Il convient beaucoup par ſes parties nourricières aux perſonnes épuiſées par le travail ou par les maladies. Les goutteux & l'hypocondriaque feroient bien de s'en priver, car l'abus de cette liqueur favoriſe les obſtructions.

## ARTICLE VI.

### *Des Secrétions & des Excrétions.*

### § XV.

ON appelle ſecrétion, la formation & la ſéparation des humeurs, & leur expulſion hors du corps eſt connue ſous le nom d'excrétion.

La tranſpiration eſt de toutes les excrétions la plus importante, mais il faut bien ſe donner de garde de donner dans le ſentiment des perſonnes qui s'imaginent qu'il eſt très-ſalutaire de beaucoup ſuer, la ſueur, & encore moins une grande ſueur, ne ſont point néceſſaires pour ſe bien porter; il faut entretenir la tranſpiration inſenſible, mais on ne doit pas, comme font bien des gens, chercher & prendre ſouvent des moyens de ſe faire ſuer, ſoit le jour, ſoit la nuit. Les ſueurs conſidérables & répétées affoibliſſent, privent le ſang d'une ſéroſité qui lui eſt néceſſaire & diſpoſent à la ſuppreſſion de la tranſpiration & aux rhumes : la ſueur eſt très-ſalutaire dans pluſieurs maladies, c'eſt au Médecin à en avertir. La répercuſſion de certaines évacuations dans le ſexe, telles que les fleurs blanches & les menſtrues, ſont toujours très-dangereuſes. On doit craindre également de répercuter les petits boutons qui viennent au viſage, les dartres & la galle. Combien ne voyons-nous pas tous les jours

de maux se déclarer pour avoir fait rentrer trop tôt & imprudemment les vices de la peau, par des topiques, sans avoir fait précéder les remèdes internes.

## ARTICLE VII.

### *Des Passions.*

### § XVI.

LES Passions qui nuisent le plus à l'homme, sont l'amour & la tristesse. Les plaisirs de l'amour font perdre à l'homme la semence, qui est une des principales sources de la force de la vie. Les plaisirs de l'amour affoiblissent & détruisent par conséquent la force du tempérament. La tristesse affoiblit le genre nerveux, l'estomac surtout, qui est la source de la santé. Les passions cependant bien dirigées, peuvent entretenir la santé; l'espérance surtout donne un mouvement doux, salutaire au genre nerveux, entretient les sécrétions dans le dégré nécessaire pour la santé.

L'acte vénérien, en lui-même salutaire, par l'abus que les hommes en ont fait, est devenu le principe de leurs maux tant physiques que moraux; en sorte que la source de la volupté & de la vie s'est changée souvent en une source d'amertume & de mal.

En effet, de combien d'infirmités ne sont pas accablés les malheureux qui, sans cesse

en butte aux aiguillons de la chair, s'abandonnent inconſidérément à la fougue de leur tempérament. Outre les grâces du corps & les agrémens de la figure, qu'ils perdent promptement, les yeux ſe cavent & deviennent mourans, leurs tempes ſe découvrent, leurs têtes ſe dégarniſſent de cheveux, la goutte incurable diſloque les articulations de leurs membres, le ſiége même de l'ame, l'organe des ſenſations, le cerveau ſe dérange par la privation des humeurs vivifiantes dont la ſource eſt tarie. Enfin ils terminent leur triſte vie, en déteſtant, mais trop tard, l'amour & ſes faveurs.

Je ne prétends point interdire aux hommes les plaiſirs modérés de l'amour; il n'y a que l'abus de la choſe qui puiſſe nuire; car le célibat comporte ſouvent avec lui des inconvéniens qui ne le cèdent en rien à ceux qui réſultent d'avoir trop ſacrifié à Vénus. Le trop grand ſéjour de la liqueur ſéminale dans les réſervoirs peut cauſer des maladies dans l'un & l'autre ſexe, la ehloroſe, le ſatyriaſis, le priapiſme, les pollutions nocturnes, les vapeurs, la fureur utérine, enfin il peut rendre l'homme ſemblable aux animaux, qui ſont furieux & indomptables lorſqu'ils reſſentent ces impreſſions.

Il n'eſt pas indifférent pour la ſanté que l'acte vénérien ſe faſſe dans un temps ou dans un autre; il faut l'attendre plutôt que de l'exciter & préférer l'aurore à tout autre temps.

Dans les Iſles Moluques, il y a des Officiers publics qui vont au point du jour parmi les rues, réveiller au ſon du tambour les Chefs de familles pour les exhorter au devoir du mariage, afin de peupler le pays.

Une choſe ſurtout, ſur laquelle on doit porter l'attention la plus réfléchie, c'eſt d'éviter ſoigneuſement la maſturbation; outre qu'elle énerve, c'eſt qu'elle fait un tort réel, conſidérable à la population. Je penſe ne pouvoir mieux faire que de renvoyer à la lecture de l'Onaniſme de M. Tiſſot. Le tableau frappant & affreux, mais fidelle, qu'il fait de cette infame habitude, fera frémir d'horreur ceux qui commettent ce crime, lorſqu'ils verront la cauſe des maux qu'ils ſouffrent & ceux qui leur ſont réſervés pour le reſte de leurs jours.

On voit dans les Œuvres de *Cheſneau*, Docteur en Médecine de l'Univerſité de Toulouſe, quelques exemples des jeunes époux victimes de leurs empreſſemens voluptueux. Cet auteur dit, qu'il vit un jour un malade qui avoit beaucoup de fièvre, à qui ſurtout le viſage étoit ſi prodigieuſement enflé, qu'il ne lui étoit pas poſſible d'ouvrir les yeux; étonné d'un tel accident, il en chercha la cauſe : comme le malade n'étoit marié que depuis quelques jours, il crut la voir dans les excès où il s'étoit laiſſé emporter. Pour prévenir les ſuites qu'il craignoit, il ſaigna le malade, il appliqua des ventouſes, qu'il ſcarifia; mais tout ce qu'il put faire

n'empêcha pas le nouveau marié de périr le ſeptième jour de la maladie. Ce même Médecin parle encore d'un jeune & vigoureux payſan, qui ne paya pas moins cher les plaiſirs qu'il avoit goûtés les premières nuits de ſes noces. Il dit que celui-là, outre cette énorme enflure du viſage, reſſentoit encore de violentes douleurs dans toute la région des reins. Ah! qu'il eſt prudent! qu'il eſt ſalutaire, de ſavoir apporter quelquefois une ſage réſiſtance à ſes déſirs! Qui croiroit pourtant que ſuivre volontiers le penchant invincible que nous tenons de la Nature même, put devenir un ſujet de mort : quel droit donc a-t-elle de nous punir des excès qu'elle excite?

*Quid diligit ſapientiam, diligit vitam.*

## ARTICLE VIII.

### *Du Sommeil & de la Veille.*

### § XVII.

LA veille eſt néceſſaire pour animer la circulation du ſang, dans laquelle conſiſte la vie : trop de veille cependant échauffe les eſprits, & occaſionne des fièvres & des inſomnies dangereuſes. Le ſommeil eſt néceſſaire pour réparer les eſprits qui font mouvoir le ſang, & circuler les humeurs, pour bien digérer les alimens & pour bien cuire les humeurs. Trop de ſommeil engourdit,

rend pesant. On ne peut déterminer la durée du sommeil que par l'habitude. Les enfans doivent dormir plus que les adultes. On dit que sept heures suffisent aux jeunes & aux vieux. Ce n'est point vrai. Il est de jeunes gens qui doivent dormir huit heures, surtout ceux qui s'adonnent aux sciences.

On voit des personnes dans le monde, peu instruites des classes physiques, croire pouvoir changer la nature comme elles changent une mode dans leurs vêtemens. Elles croient que trois heures de sommeil suffisent. L'homme n'est pas seulement composé d'esprit, mais aussi de corps. Nos corps ont des lois immuables pour leur conservation, qu'on ne peut violer sans leur nuire, & souvent sans les détruire. Le sommeil, & surtout sa durée, telle que nous l'avons décrite, est nécessaire pour la conservation du corps. C'est surtout les jeunes gens d'un monde distingué qui veulent trop se spiritualiser pour trouver plus de temps pour leurs plaisirs, qui ont des idées fausses du sommeil. Nous sommes en partie matière. Suivons les lois faites pour conserver la matière, surtout ne violons point celle que nous avons faite pour le sommeil.

## ARTICLE IX.

### *De l'Exercice.*

### § XVIII.

L'EXERCICE augmente les forces du tempérament. Sans l'exercice, l'homme languit foible & valétudinaire. Pour voir l'importance de l'exercice, il faut considérer les villageois, les femmes de ménage qui mènent une vie d'exercice, nos citoyens & les femmes de nos villes qui sont presque toujours malades. La différence de ces santés vient de ce que les uns prennent de l'exercice, & que les autres n'en prennent point. L'exercice est quelque chose de si important pour la vie saine, qu'on ne peut vivre sain & prolonger ses jours sans lui. L'exercice convient surtout aux hypocondriaques, aux vaporeux & aux personnes qui ont des rhumatismes.

Je ne peux mieux faire sentir l'importance de l'exercice qu'en racontant ce que j'ai vu arriver à plusieurs personnes de ma connoissance. Ils étoient foibles, hypocondriaques, plus malades qu'en santé; ils n'osoient entreprendre à pieds de longs voyages qu'ils avoient à faire. La dissipation, le changement d'air, la fatigue, leur ont donné, en arrivant aux lieux où ils alloient, une santé si ferme qu'ils en étoient surpris.

Anarchaſis avoit coutume de dire que la terre ſèche étoit le meilleur lit, la fatigue le meilleur narcotique, une peau endurcie par l'exercice le meilleur vêtement, & la faim la meilleure ſauce.

Socrate compare le trop grand raffinement dans l'aſſaiſonnement & les faiſeurs de ſauces épicuriennes, aux filles débauchées qui ſe parent pour exciter l'amour dans des corps glacés.

---

## ARTICLE X.

*Du régime de vie des perſonnes indiſpoſées de différens âges, & de différens états.*

NOUS avons parlé de l'éducation phyſique & du régime de vie des enfans & des adultes; il eſt juſte que nous diſions quelque choſe du régime de vie des perſonnes indiſpoſées, des vieillards, des pauvres, & des gens de lettres.

### § XIX.

*Du régime de Vie des Tempéramens foibles.*

La médecine doit faire deux choſes pour les tempéramens foibles. Premiérement elle doit empêcher que rien ne les indiſpoſe. Secondement, elle doit les fortifier & leur donner la vigueur des autres hommes autant qu'il eſt poſſible. Ils ne doivent manger que des choſes bien cuites & de facile digeſ-

tion. On juge qu'une choſe eſt de facile digeſtion, quand elle eſt légère. Selon ce principe, les haricots, le gros pain, la pâtiſſerie qui n'eſt pas feuilletée, le lard, ne leur conviennent nullement. Les tempéramens foibles doivent ſurtout s'abſtenir de l'amour, & obſerver les lois que nous avons faites pour la durée du ſommeil, & vivre en bon air.

Pour donner une forte ſanté aux tempéramens foibles, il faut leur preſcrire beaucoup d'exercice, comme la chaſſe, l'air de la campagne, une bonne table, à laquelle on doit faire ſuccéder de temps en temps le régime de vie de Pythagore, les chous & les navets, il faut leur preſcrire auſſi beaucoup de gaieté, qui ne conduiſe pas à l'amour, s'il eſt poſſible.

On dit que Boerhaave racontoit ſouvent à ſes Diſciples qu'un vieux Prince d'Allemagne, ſe trouvant extrêmement infirme & affoibli, on lui conſeilla de coucher entre deux jeunes filles, également ſages & aimables, ce qui produiſit en peu de temps un ſi bon effet ſur la ſanté, qu'on jugea à propos de faire ceſſer le remède. Cela rappelle le ſoin que les ſerviteurs de David prirent de lui amener deux jeunes *Sunamites*, ſaines & belles, pour les faire coucher avec lui, afin de le réchauffer & de le ranimer. Nos corps ſont de vrais cribles, des milliers de petites pompes s'ouvrent à leur ſurface, & tout ce qui les entoure y verſe le

germe d'une ſanté conſtante ou d'une altération deſtructive. Il importe donc d'avoir des amis ſains, il n'eſt donc point indifférent de prendre une femme d'une bonne complexion ou d'une ſanté qui vacille.

## § XX.

### *Du régime de Vie des Artiſans.*

Il y a un penchant ſecret dans l'homme, qui le pouſſe à varier ſes occupations, que l'on n'apprécie point aſſez. Ce penchant eſt dans la nature. L'homme eſt inconſtant. Cette inconſtance, que l'on regarde comme un crime dans la morale, eſt une vertu dans les choſes phyſiques. L'inconſtance préſerve l'homme de mille maux phyſiques. Croit-on que c'eſt ſans raiſon que la nature donne un penchant ſecret aux enfans de s'agacer réciproquement, ſoit en claſſe, ſoit ailleurs, de varier leurs occupations à l'infini. Si les enfans ne jouoient, s'ils ne ſe divertiſſoient comme ils ſont, ils deviendroient valétudinaires. Ceux qui aiment l'ordre, blâment les artiſans de fêter le lundi & ſouvent le mardi. Un amour modéré, de la diſſipation, eſt néceſſaire dans les artiſans pour leur ſanté. La plupart, comme les corroyeurs, les chandeliers, &c., reſpirent un air empeſté. S'ils ne prévenoient ces mauvais effets par la diſſipation, par la promenade, par un changement de travaux, ils contracteroient des maladies dangereuſes.

La

La matière ſur laquelle ces différens ouvriers travaillent, exhale une odeur funeſte à la ſanté. Qu'on ſe rappelle ici que telle eſt notre être phyſique, que rien ne lui eſt plus contraire que la corruption. Nous ne mourons, qu'autant que la corruption de nos humeurs eſt venue au point de détruire tous les mouvemens qui font la vie. Cette théorie, confirmée par les plus grands hommes, ſe fait appercevoir au plus ignorant. Qu'il reſpire une mauvaiſe odeur, il reſſent un mal-aiſe qui ſe fait ſentir à tout ſon corps. Les animaux même confirment notre aſſertion, ils ne mangent point les herbes qui ont mauvaiſe odeur.

Les artiſans qui travaillent ſur des matières empeſtées, reſpirent une odeur qui nuit à leur ſanté, qui trouble les fonctions vitales. S'ils ne ceſſoient leurs travaux pour ſe diſſiper, ſe divertir, ſe promener, & même boire plus que de coutume, ils ſuccomberoient. Qu'on ne ſe ſcandaliſe point de m'entendre louer ici les artiſans qui, de temps en temps fêtent le Dieu du Vin. Ces fêtes ſagement célébrées fortifient la ſanté. Il faut fortifier les Artiſans par toutes ſortes de voies, pour qu'ils réſiſtent mieux à la corruption, que les matières ſur leſquelles ils travaillent exhalent. Ce que nous venons de dire ſur les dangers de certains états, étoit ſi connu des anciens, qu'ils ne ſouffroient point dans leurs Villes les laboratoires des Artiſans, qui travailloient ſur des

matières qui exhalent la mauvaise odeur (Lors donc, lecteur, que vous choisissez une demeure, ne la choisissez jamais auprès des ouvriers qui travaillent sur des matières corrompues. Imitez l'instinct des animaux qui fuyent tout ce qui blesse leur odorat). Il est d'autres artisans dont les travaux ne sont pas si funestes, mais qui cependant ne sont pas exempts de dangers. Tels sont les Serruriers, les Imprimeurs, les Horlogers, &c. Les Serruriers sont sujets aux inflammations, ils doivent s'abstenir des choses échauffantes, du moins plus que les autres hommes. L'ivresse leur est surtout contraire. Ils peuvent aussi fêter les lundis; mais sans s'échauffer. Les végétaux, comme le lait, les crêmes, leur conviennent dans leurs repas de plaisir. Les particules ignées, qu'ils respirent sans cesse les échauffent assez. Ils ont plus besoin de rafraîchissans, que d'échauffans. Les autres artisans dont le danger des professions vient plutôt de la fatigue du corps, ou de quelques-unes de ses parties, que d'un mauvais air qu'ils sont obligés de respirer, peuvent aussi fêter le lundi. Ils le doivent même quelquefois, quand ils ont travaillé trop long-temps. Tout travail long & continu, de quelque espèce qu'il soit, détruit le corps, si on ne l'interrompt de temps en temps. Suivons la Nature, quand nous nous sentons du dégoût pour le travail, interrompons-le. Attendons le retour de nos forces. Nous ferons plus alors d'ou-

vrage en une heure que nous n'en ferons, en trois, en nous faiſant violence. Ce que nous diſons ici des Artiſans doit s'appliquer ſurtout aux Gens de cabinet. Leurs travaux longs & opiniâtres les détruiſent. Ils ruinent leur eſtomac ſurtout, qui eſt la ſource de la ſanté. Le régime de vie que nous preſcrivons ici aux Gens de Lettres & aux Artiſtes n'eſt pas ſeulement utile à leur ſanté, mais à leurs ouvrages. Les ouvrages que nous admirons le plus, ſoit dans la Littérature, ſoit dans les Arts méchaniques, ne ſont pas ceux qu'un travail forcé a fait éclorre, mais ceux qu'un travail journalier a inventés.

## § XXI.

### *Du régime de Vie des Vieillards.*

L'eſtomac perd ſes forces dans la vieilleſſe; il convient par conſéquent que les Vieillards mangent moins que les jeunes gens; c'eſt pourquoi la plupart font bien de ne pas ſouper; qu'ils mangent des choſes de facile digeſtion, comme le pain bien fermenté, la viande bien cuite & bien légère; les choſes dures, comme les haricots, le lard, les ragoûts qui font trop manger, ne leur conviennent pas. Nous ne leur défendons cependant pas les aromates qui n'aiguillonnent pas trop l'appétit. Ces aromates facilitent la digeſtion trop lente dans les vieillards. Le vin convient auſſi aux Vieillards. Le vin modérément pris eſt ami de l'eſtomac.

Comme les humeurs circulent lentement dans les Vieillards, comme le défaut de circulation dans les humeurs donne naiſſance à la pourriture & à la mort, les Vieillards doivent prendre le plus d'exercice qu'ils peuvent; l'exercice fait circuler les humeurs.

## § XXII.

### *Du régime de Vie des Gens de Lettres.*

L'application & l'attention de l'eſprit diminuent néceſſairement les forces de l'eſtomac. Auſſi l'on remarque que la plupart des maladies des Gens de Lettres vient du défaut de digeſtion. Les Gens de Lettres doivent avoir les mêmes attentions pour les nourritures que les Vieillards. Comme leurs humeurs circulent lentement à cauſe de la vie ſédentaire qu'ils mènent, ils ſont auſſi intéreſſés que les Vieillards à ſe donner beaucoup de mouvement. Heureux ſont les Gens de Lettres que des affaires arrachent malgré eux de leurs cabinets, pour les faire courir & agir dans le tumulte du monde. Les Gens de Lettres doivent ſurtout avoir attention de ne jamais travailler que deux ou trois heures après le repas, temps néceſſaire pour la digeſtion. Le travail de la nuit leur eſt abſolument contraire, les veilles échauffent les humeurs, diminuent le forces de l'eſtomac, & cauſent un malaiſe inſupportable. Un homme de Lettres doit reſter au lit au moins huit heures. Le

ſommeil rafraîchit, cuit, adoucit les humeurs que l'étude agite & aigrit.

## § XXIII.

### *Du régime de Vie des Pauvres Gens.*

La portion de l'état la plus malheureuſe mérite à plus d'un égard, nos réflexions. Il eſt des hommes ſi pauvres qu'ils ne vivent, pour ainſi parler, que par artifice; ſuggéronsleur ici le régime qui eſt le moins nuiſible à leur ſanté. Les pauvres gens de la campagne doivent faire tout leur poſſible pour avoir une vache ou du moins du lait pour en faire de la ſoupe ou de la bouillie très-légère. S'ils manquent de froment, je leur conſeille de faire du pain bien fermenté avec la farine d'orge, d'avoine & de groſſes féves. Ils ne doivent jamais boire de l'eau pure pour boiſſon, ils doivent toujours la faire bouillir, & y faire infuſer quelques feuilles de plantes aromatiques, comme le laurier, la ſauge. Les Curés de campagne, dans les temps de famine, doivent par toutes ſortes de voies rappeler la gaieté & la joie parmi leurs Paroiſſiens; la joie augmente les forces de l'eſtomac ſouvent trop foible dans le cas dont nous parlons pour digérer une nourriture groſſière. Il eſt une attention que doivent prendre les malheureux dont nous parlons ici, c'eſt de ne jamais manger de matières corrompues qui ont mauvaiſe odeur, & de ne jamais ſe raſſaſier pleinement.

## § XXIV.

### *Du régime de Vie des perſonnes indiſpoſées.*

Quand on ſe ſent indiſpoſé, l'on peut, ſi l'on eſt prudent, prévenir beaucoup de maladies. La plupart des maladies viennent des mauvaiſes digeſtions auxquelles l'intempérance a donné lieu (tout le monde ſait que la gourmandiſe a plus tué d'hommes que le fer). En conſéquence de cette doctrine, dès que l'on eſt malade, l'on doit faire diète, manger peu, & attendre que l'eſtomac ait repris ſes forces avant que de manger à ſon ordinaire. L'on peut avec ces attentions prévenir des maladies ſouvent mortelles. Le peuple, dès qu'il eſt malade, prend des rôties au ſucre : Ne blâmons point cette pratique, elle ne peut convenir qu'aux pauvres gens dont les indiſpoſitions viennent de défaut ou de mauvaiſe nourriture ; elle eſt abſolument contraire aux riches, qui ont coutume de ſe bien nourrir. Ces rôties au ſucre augmentent la fièvre ; quand les indiſpoſitions dont nous venons de parler perſévèrent, il n'eſt pas mal d'uſer, comme l'on dit, des remèdes de précaution, de la ſaignée & de la purgation.

## § XXV.

### *Des Purgatifs.*

Il faut, pour qu'une médecine faſſe un bon effet, préparer & délayer les humeurs par

une ample boiſſon de tiſane commune faite avec la décoction de chiendent avec la réglisſe. Les purgatifs ſont la caſſe, le tamarin, la rhubarbe, le ſéné, le jalap. Le ſéné ſe donne depuis deux gros juſqu'à quatre en décoction; le jalap ſe donne en poudre depuis-demi gros juſqu'à un gros.

On ſent qu'on a beſoin de ſe purger pour les maux de cœur, les mauvais goûts à la bouche, pour une peſanteur inaccoutumée du corps.

Quand une médecine ne donne point une guériſon complette, on en prend une ſeconde.

Une attention que le Médecin doit avoir, c'eſt que les perſonnes phlegmatiques ſont plus difficiles à purger que les autres, & qu'il faut les émouvoir pour obtenir ce que l'on déſire. L'anecdote ſuivante en fournit un exemple.

M. d'Aligre, père du Chancelier de ce nom, étoit d'un tempérament ſi froid & ſi difficile à émouvoir, qu'on ne pouvoit le purger. Son Médecin, un jour obligé de le faire, ordonna ſecrettement qu'on tâchat de le mettre en colère, & que, dès qu'on s'appercevroit de l'émotion, on lui fit prendre la médecine. Le Valet de Chambre ne négligea rien pour faire réuſſir la choſe. Dès la pointe du jour, s'approchant du lit de ſon maître, il en tire les rideaux avec une précipitation capable de ſurprendre & de fâcher un homme qui s'éveille. M. d'Aligre, ſans s'émouvoir, demande tranquillement, *quelle heure eſt-*

*il?* Le Valet de Chambre ayant manqué son coup, s'avisa de brûler la chemise de son Maître, & de la lui apporter toute en feu. M. d'Aligre, toujours froid, se contenta de lui dire, *chauffez-en une autre.* Tout cela ne faisant rien, le Valet de Chambre d'un coup de coude, casse cinq ou six verres de Venise que son Maître aimoit beaucoup, & ce Maître, aussi peu ému qu'auparavant, dit doucement; *c'est dommage, ils étoient beaux.* Enfin le Valet-de-Chambre au désespoir, ne s'attendoit plus à rien, lorsqu'il arriva un homme qui avoit une affaire très-épineuse au Bureau de M. d'Aligre. Cet homme étoit vêtu de taffetas, & comme il parloit avec beaucoup d'action en défendant sa cause, cette étoffe faisoit une espèce de sifflement à l'oreille, qui, chagrinant M. d'Aligre, l'impatienta, & lui fit dire tout en colère, *faites taire votre habit, Monsieur, si vous voulez que je vous écoute.* Le Valet-de-Chambre voyant son Maître ému, lui présenta la médecine, & elle fit effet.

Nous avons fait connoître à nos Lecteurs l'usage de six choses non naturelles, nous nous bornons à joindre ici la formule de deux médecines.

*Purgation ordinaire.*

Prenez folicules de Séné, 2 gros.
Manne choisie, 2 onces.
Sel admirable de Glauber, 2 gros.
Dans une décoction de chicorée sauvage.

*Émulſion purgative.*

Prenez diagrède, douze grains.

On fera battre dans un mortier avec une once de ſucre, ou un jaune d'œuf.

On fera émulſion avec 12 amandes douces, & 6 amères pour un verre.

## § XXVI.

### *De la Saignée.*

On ne doit point ſaigner pour une indiſpoſition. On ne doit ſaigner que dans les inflammations ou dans une fièvre ardente ou continue ; on reconnoît l'inflammation par la chaleur & la douleur ; par exemple, l'eſquinancie ſe connoît par la chaleur & la douleur du goſier, ainſi de ſuite. La fièvre ſe connoît par la fréquence du pouls augmentée, & par la douleur du corps. Les fièvres ardentes & continues, ainſi que les inflammations, demandent la ſaignée, parce qu'elle rafraîchit & empêche la ſuppuration, ſurtout lorſqu'elle eſt faite à la façon d'Hippocrate, c'eſt-à-dire, juſqu'à ce que le malade tombe en foibleſſe. Quand la ſuppuration eſt faite, ce qui ſe connoît lorſque la douleur s'eſt rallentie dans l'eſpace de huit ou douze jours, la ſaignée eſt inutile.

On pourroit prouver l'inutilité de la ſaignée dans bien des cas, par la pratique heureuſe de pluſieurs Médecins François, par celle des Allemands & de pluſieurs autres peuples qui ne font preſque jamais ſaigner ;

par celle de tous les Sauvages, qui ignorent abſolument l'uſage & le nom de la lancette & qui guériſſent parfaitement bien toutes leurs maladies par le ſeul ſecours des ſimples que la Nature leur offre & dont leur inſtinct, encore peu gâté par la raiſon, leur découvre ſurement les propriétés.

### *Obſervations du fameux Docteur Soholſius, avant d'en venir à la Saignée.*

Le ſang eſt le baume de la ſanté, c'eſt l'ame de la vie, il eſt porté du cœur par les artères, d'où il eſt ramené au cœur par les veines; cette précieuſe & admirable liqueur fournit à toute la machine la ſubſtance qui lui convient, ce qui fait que le cerveau envoye au cœur des eſprits & le cœur renvoye auſſi-tôt du ſang au cerveau pour qu'il y produiſe de nouveaux eſprits; la circulation eſt la merveille des merveilles, dès qu'elle ceſſe l'homme expire.

Il paſſe ordinairement 500 livres de ſang par jour dans le cœur de l'homme de moyenne taille, & ſon cœur bat environ 4200 fois par heure.

Il eſt de la dernière importance de n'avoir recours à la ſaignée que dans des cas extrêmes & d'après l'avis d'un Médecin très-prudent ou d'un Chirurgien, moins intéreſſé que charlatan.

Il ne faut point ſaigner un homme conſtipé, mais lui lâcher le ventre par des émolliens.

Ne ſaignez point après une longue maladie, ni lorſque l'eſtomac eſt plein.

Ne ſaignez point une femme qui a ſes mois ou qui va les avoir.

La ſaignée eſt contraire dans les grandes chaleurs & dans les grands froids.

La ſaignée eſt mortelle après le repas.

La ſaignée eſt mortelle aux vieillards.

La ſaignée du bras doit être faite à jeun, & les autres l'après-midi, & après que la digeſtion eſt faite.

On riſque beaucoup de faire faire une fauſſe couche à la femme groſſe que l'on ſaigne, ſoit dans les premiers jours de la groſſeſſe ou dans les derniers.

Vous ne ſaignerez jamais moins de trois jours après qu'une forte évacuation ſera ſurvenue ou aura ceſſé.

Ne ſaignez point un corps affoibli par quelque cauſe que ce ſoit.

La ſaignée eſt mortelle à un convaleſcent.

La ſaignée eſt mortelle au ſortir du bain, & pernicieuſe après un exercice violent ou une marche forcée.

Malgré la plénitude, quand les règles ou les hémorroïdes fluent, il ne faut ſaigner qu'après le flux ceſſé.

Ménagez le ſang des perſonnes graſſes, car elles en ont peu. Ne ſaignez point dans l'enfance. On ne ſaignera point après le coït.

*N. B.* La ſaignée eſt inconnue dans les pays les plus peuplés, tels qu'à la Chine, au Ja-

pon. Nos anciens Germains ſi robuſtes & de longue vie, ignoroient la ſaignée.

## § XXVII.

Finiſſons notre ſujet en faiſant connoître les plus grands Médecins qui ſoient au monde. *Le bon air, la bonne eau, le bon vin, la diète, l'exercice & le repos modéré, ſont les plus grands Médecins que nous ayons.* Le bon air eſt néceſſaire dans la ſanté & dans la maladie. La bonne eau convient dans les maladies aiguës (Ce ſont les maladies qui durent peu de temps). Le bon vin & l'exercice conviennent dans les maladies longues & aux tempéramens foibles.

# TROISIÈME PARTIE.

*Remèdes divers qui demandent un prompt secours. Moyens préservatifs de nombre de maladies. Préjugés contraires à la Santé.*

## ARTICLE PREMIER.

### *Remèdes divers.*

### § I.

*Spécifique pour empêcher les marques de la petite Vérole.*

ON prend du sel commun autant qu'on le juge à propos; on le fait pulvériser; on le met alors dans un sac de toile que l'on trempe dans de l'eau de féves distillée. Avec ce même sac rempli de sel commun pulvérisé trempé dans cette eau, on lave le visage au malade dès le commencement que les croûtes des pustules sont trombées, il faut répéter cela de temps en temps.

### § II.

*Remède expérimenté pour la Brûlure.*

Faites éteindre de la chaux dans de l'eau de puits ou de fontaine, une livre: il s'é-

lève une espèce d'écume que vous enlevez avec la cuiller, & que vous débattez avec de l'huile d'olive que vous mettez en quantité suffisante pour qu'elle se réduise en espèce d'onguent liquide; l'appliquer sur la brûlure & continuer jusqu'à la guérison.

## § III.

### *Bouillon pour la Pulmonie.*

Prenez un mou de veau, ce que l'on appelle communément le mou de veau, que la cornée ou trachée-artère y tienne. Vous le ferez cuire dans trois chopines d'eau, & observant que la cornée soit hors du pot. Lorsque le bouillon sera à peu près cuit, vous y mettrez un chou rouge, des feuilles de pulmonaire & de bourache, de chaque une poignée; le tout bien épluché & haché menu trois quarts d'heure ou une heure à compter de l'instant que l'on aura mis le chou & les feuilles; l'on ajoutera au bouillon des fleurs de molène & de guimauve de chaque une pincée; vous laisserez encore le tout au feu pendant un quart d'heure, vous retirerez, laisserez refroidir & coulerez, l'on fera de ce bouillon coulé quatre parts égales, & l'on en aura pour deux jours.

*N. B.* Mais l'on observera de diminuer la dose en proportion de l'âge de celui qui prend le remède.

Le malade fera usage de ce bouillon pendant douze ou quinze jours le matin à jeun,

& le ſoir à ſix heures, en obſervant de prendre deux heures avant chaque bouillon, un bol, compoſé avec douze grains de blanc de baleine, autant de ſucre candi, quatre grains de ſafran oriental & ſuffiſante quantité de ſirop d'althéa.

Lorſque le malade aura pris pendant quinze jours, & de la manière preſcrite, le bouillon ci-deſſus, on le purgera avec une médecine conforme à ſon tempérament.

## § IV.

### *Contre les Aigreurs.*

Dans les eſtomacs débiles & pareſſeux, les alimens ſont ſujets à tourner à l'aigre, ſurtout ceux qui ſont tirés des végétaux. On peut, quand cette maladie n'eſt pas habituelle, prendre vingt-quatre grains d'yeux d'écreviſſe & douze grains de rhubarbe, mêlés enſemble pendant huit à dix jours, & ſe purger enſuite.

## § V.

### *Pour la parfaite guériſon des Cors aux pieds.*

Faites cuire une gouſſe d'ail dans la braiſe ou cendre chaude, appliquez-la enſuite ſur le cor, en l'y aſſujettiſſant en vous mettant au lit : il faut en ſuſpendre l'effet, lorſqu'on ſe chauffe, parce qu'autrement l'ail ſe trouvant comprimé, feroit enfler le pied & peut-être y cauſeroit de l'inflammation. Il eſt bon de renouveler ce cauſtique deux ou trois

fois dans les vingt-quatre heures. Pour l'ordinaire la guériſon eſt opérée en deux ou trois jours. Alors il n'eſt plus queſtion que de ſe bien laver le pied dans l'eau tiède. En peu d'inſtans les peaux qui formoient la corne du cor, s'élèvent & laiſſent la place nette & fraîche à peu près comme ſi elle n'avoit eu aucun mal.

## § VI.

### *Pour les Femmes ſtériles.*

Il y a pluſieurs cauſes de ſtérilité : le libertinage en eſt une des principales, les femmes peuvent remédier à celle-ci ; en changeant d'abord de vie & en s'abſtenant pendant cinq à ſix mois de l'acte vénérien & en faiſant en même temps uſage du remède ſuivant.

Prenez quatre œufs, battez-les bien enſemble avec un demi-verre d'écaille de limaçon à coque ; ajoutez-y du ſel de gingembre en poudre, de chacun une poignée, vingt grains de gent-ſeng pulvériſé.

## ARTICLE II.

*De quelques cas qui demandent un prompt ſecours.*

### § I.

*Hémorragies.*

PRENEZ deux onces d'alun de roche, ſoit blanc, ſoit rougeâtre, purifié, mettez-le en poudre & faites-le fondre dans un vaiſſeau : Alors vous y ajouterez une demi-once de ſang de dragon pulvériſé & le mêlerez bien ; ôtez-le du feu en le remuant toujours, juſqu'à ce que vous le voyiez en conſiſtance de pâte molle. Faites-en des pilules dont la doſe eſt d'un demi-gros, que l'on diminue à proportion de l'âge. On les fait prendre au malade enveloppées dans du pain enchanté, lui faiſant boire par-deſſus un verre de tiſane aſtringente.

Ce remède eſt ſouverain dans les pertes de ſang invétérées & dans les hémorragies ſubites qui dépendent de la trop grande chaleur, ou de la trop grande raréfaction du ſang, ou de ſa trop grande abondance. Il agit également dans les vomiſſemens & crachemens de ſang, il guérit le flux des hémorroïdes, auſſi bien que l'écoulement de ſang qui provient de l'ouverture de quelque vaiſſeau dans les premières voies. Il arrête

infailliblement le ſaignement de nez & celui qui ſe fait par le conduit des urines. Il eſt très-efficace contre toutes les pertes de ſang qui arrivent aux femmes, ſoit nouvelles, ſoit invétérées, ſoit modérées, ſoit exceſſives. Enfin c'eſt un préſervatif merveilleux pour toutes les femmes qui ſont menacées de ces maux, & même il convient encore à celles qui ont des pertes de ſang dans leur groſſeſſe & après l'accouchement.

## § II.

### *Morſure de la Vipère.*

La vipère mord, mais ſes dents ne ſont funeſtes que par la liqueur pernicieuſe qui eſt renfermée dans de petites véſicules entre quelques-unes de ſes dents, & ce ſuc vénimeux venant à ſe mêler au ſang lorſque la vipère a mordu, en infecte bientôt la maſſe, cauſe les ſymptômes les plus violens & même la mort, ſi l'on n'apporte inceſſamment du remède ; à moins que par un haſard infiniment rare, les forces vitales ne ſurmontent un venin auſſi dangereux.

Pour arrêter le cours & les progrès du venin ſi ſubtil, le ſeul moyen qui ait été employé le plus utilement eſt l'eau de luce ou l'alcali volatil liquide: remède qui a réuſſi admirablement bien à M. Bernard de Juſſieu, ſur un malade qui ſuivoit une de ſes herboriſations.

Auſſi-tôt que quelqu'un a été mordu, il

faut lui donner dix à douze gouttes d'eau de luce, délayée dans un verre d'eau, & continuer d'heure en heure, juſqu'à la ceſſation des ſymptômes. Si l'effet ne répond point à l'attente, on pourroit y joindre dix à douze grains de ſel ammoniac; ce mêlange provoque la ſueur & fait un bien conſidérable au malade. On fera fort bien de faire diſſoudre du ſel alcali volatil dans le bouillon qu'on lui fera prendre & d'appliquer ſur la morſure du ſel volatil ammoniac mêlé avec de l'huile.

## § III.

### *Contre l'Empoiſonnement occaſionné par l'Arſenic.*

Il y a un grand nombre de poiſons dont la façon d'agir n'eſt pas la même, & dont il faut détruire les effets par des remèdes différens. L'arſenic par ſon exceſſive âcreté qui ronge & enflamme, tue par une inflammation prodigieuſe; un feu brûlant, des douleurs atroces dans la bouche, la gorge, l'eſtomac, les boyaux, des vomiſſemens affreux & ſouvent ſanglans, des ſelles ſanglantes, &c.

Le meilleur de tous les remèdes eſt d'avaler des torrens de lait; tout ce qui eſt émollient, les décoctions de farine d'orge, de gruau, d'althéa, le beurre, l'huile, conviennent auſſi dès que les douleurs ſe répandent dans le ventre & que les boyaux pa-

roiſſent attaqués, il faut multiplier les lavemens de lait.

Si au commencement du mal, le malade a le pouls fort, une ſaignée abondante eſt très-utile, parce qu'elle rallentit les progrès de l'inflammation.

## § IV.

### *Contre l'effet du Sublimé corroſif pris à trop forte doſe.*

Le ſublimé corroſif eſt un ſel métallique compoſé de particules mercurielles avec un excès d'acide marin. C'eſt un poiſon des plus violens lorſqu'il eſt pris à des doſes trop fortes. Il ronge en peu de temps le goſier, l'eſtomac & les inteſtins, & cauſe des douleurs énormes, des convulſions & ſouvent une mort prompte.

Le remède ſpécifique à ce poiſon, c'eſt tout ſel alcali quelconque, ſoit fixe ou volatil, dont il ne faut pas ménager la doſe, lorſque quelqu'un a eu le malheur d'en avaler.

L'acide marin ayant beaucoup plus d'affinité avec les alcalis qu'avec le mercure, il s'attache aux alcalis, & le mercure mis en liberté ſe précipite. Entre les alcalis fixes, les principaux ſont le ſel de tartre, ou ſon huile par défaillance, le ſel d'abſinthe & les ſels lixiviels des plantes & notamment du frêne, du genêt, des tiges de féves, de ſarment de vigne, &c. Entre les alcalis volatils, les principaux ſont l'eſprit volatil

de ſel ammoniac, de corne de cerf, &c. Après les alcalis, les meilleurs remèdes à ce poiſon ſont les abſorbans qui s'attachent également, quoique moins fortement, à l'acide marin, décompoſent le ſublimé & mettent le mercure à nu; tels ſont les yeux & pattes d'écreviſſes, les coquilles d'œufs, d'huîtres & de moules, le corail préparé, la craie ordinaire; d'ailleurs la plupart de ces ſubſtances contiennent encore une eſpèce de gelée propre à lubréfier les inteſtins excoriés.

Enfin, ſi l'on manquoit des alcalis & des abſorbans, il faudroit recourir aux ſavons, aux huiles, aux graiſſes, au lait même; ſi l'on manquoit de tout cela à la fois, on feroit avaler de l'eau tiède en abondance, pour tâcher du moins d'éteindre & d'énerver l'activité de ce poiſon.

Malgré l'envie & les cabales, le mercure ſublimé corroſif, pris à une doſe convenable & conduit ſagement par un Médecin, a acquis la prééminence ſur tous les autres remèdes anti-vénériens. Des ſuccès reconnus & conſtatés à l'Armée & dans les Hôpitaux Militaires & chez l'Etranger, aſſurent l'efficacité de ce remède & la ſupériorité ſur la barbare méthode des frictions, qui en énervant les malades, ne détruiſent pas ſouvent le malheureux levain qui reſtoit dans le ſang.

L'ignorance décrédite les bons remèdes, & s'ils ſont dangereux, ce n'eſt que lorſqu'ils ſont confiés à des mains inexercées,

mais ils deviennent un moyen de guériſon lorſqu'ils ſont prudemment adminiſtrés. Ceux qui déclament contre le ſublimé corroſif, s'ils devenoient plus honnêtes, ceſſeroient bientôt leurs odieuſes manœuvres & conſulteroient moins leur intérêt perſonnel, que le bien public. Du reſte ils devroient ſe condamner au ſilence, voulant être juges & parties ſur une affaire qui les intéreſſe.

## § V.

### *Contre l'effet de l'Opium pris à trop forte doſe.*

C'eſt une idée preſque généralement adoptée, que l'opium, qui pris dans une doſe convenable, aſſoupit les ſens & procure le ſommeil; adminiſtré dans une doſe plus forte, doit cauſer un ſommeil qui conduit à la mort ſans aucune ſouffrance, & même ſans qu'on s'apperçoive de la ſéparation de l'ame & du corps. Cette erreur a engagé beaucoup de gens ennuyés de vivre à prendre de l'opium comme poiſon, & ils ont appris, quoique trop tard, que la vie n'eſt pas détruite, ni la mort procurée ſans les plus grandes angoiſſes.

Comme la première & la plus forte action de l'opium eſt ſur l'eſtomac, la première intention doit être d'émouſſer ſon acrimonie & de l'évacuer le plutôt qu'il eſt poſſible, enſuite de ranimer la Nature par des ſtimulans chauds & nervins.

C'eſt pourquoi on fera prendre l'émétique

en lavage au malade; lorſque les vomiſſemens auront fini, on le mettra ſur une chaiſe. On donnera en même temps au malade le remède ſuivant.

Prenez eau de pouliot ſimple une once & demie; eau de noix de muſcade, vinaigre diſtillé, de chaque deux gros, confection cordiaque, poudre de valériane ſauvage, de chaque une drachme, ſirop de ſafran, deux drachmes, teinture de caſtor vingt gouttes. Mettez le tout pour une doſe & répétez-le de demi-heure en demi-heure, juſqu'à ce que le malade en ait pris quatre doſes, & alors il n'en prendra qu'au bout de deux, trois, quatre heures, ſelon le beſoin. La boiſſon ſera une eau de gruau.

Si le malade, malgré tous ces ſoins, ne peut être tenu éveillé, il faudra appliquer des véſicatoires aux bras & ajouter un julep camphré au traitement rapporté.

## § VI.

### *Moyens de ſecourir les Noyés.*

Les moyens de ſecourir un noyé, conſiſte 1° à le déshabiller, l'eſſuyer avec une flanelle, l'envelopper dans une couverture, le tenir chaudement ſur le dos ſans lui intercepter l'air. 2° De faire entrer de l'air dans ſes poumons en lui ſoufflant dans la bouche par le moyen d'une canulle & lui pinçant les deux narines. 3° D'introduire dans ſes inteſtins la fumée de tabac par le fondement, ſoit

avec la machine fumigatoire qu'on trouve dans les Corps-de-garde de Paris, soit à son défaut en se servant de deux pipes, dont le tuyau de l'une sera introduit avec précaution dans le fondement de la personne retirée de l'eau, les deux fourneaux appliqués l'un sur l'autre, tandis que quelqu'un soufflera la fumée du tabac par le tuyau de la seconde pipe; ce qui est à la portée de tout le monde. 4° Enfin de lui présenter sous le nez de l'esprit volatil de sel ammoniac & de lui frotter toute la surface du corps avec une flanelle trempée dans de l'eau-de-vie camphrée, ou toute autre eau spiritueuse & de lui faire prendre ensuite une cuillerée de cette liqueur. Il faut bien se donner de garde de suivre la cruelle pratique de suspendre le noyé par les pieds & de le ballotter dans un tonneau, étant un moyen de l'étouffer. On a cru pendant long-temps que c'étoit l'eau contenue dans la poitrine & l'estomac qui suffoquoit les noyés; mais l'utopsie des cadavres a démontré le contraire & a donné le démenti le plus formel à une assertion aussi fausse & aussi peu fondée; car il est prouvé que la seule interception de l'air est la cause de leur mort. Les expériences de la machine pneumatique prouvent la nécessité de l'air pour la vie. Qu'on interroge là dessus tous les plongeurs & ceux qui ont manqué de se noyer? ils répondront qu'ils ont avalé une gorgée d'eau, mais qu'il ne leur en est point entré dans la poitrine. S'ils y eussent resté tout à fait,

la

la reſpiration leur auroit manqué, le ſang ſe ſeroit accumulé dans les poumons, d'où il auroit reflué ſur le cerveau, les convulſions ſeroient venues enſuite, les ſphincters ſe ſeroient bouchés, ils auroient été ſuffoqués & n'en auroient pas avalé une goutte de plus.

## § VII.

### *Contre la Vapeur du Charbon.*

Comme rien n'eſt ſi dangereux que la vapeur du charbon & de la braiſe, que les imprudences en ce genre ſont trop fréquentes, les accidens qu'elles cauſent fort graves & les momens où il eſt encore poſſible de donner du ſecours, trop courts pour qu'on puiſſe attendre le Médecin ou Chirurgien : J'ai cru devoir enſeigner les moyens les plus aiſés & les plus utiles pour ranimer, dans les perſonnes qui ont été frappées par la vapeur du charbon le mouvement, vital, quand il n'eſt pas entiérement ceſſé, ou quand il ne l'eſt que depuis quelque temps. Il faut en pareil cas porter la perſonne à l'air libre & froid, & faire tous ſes efforts pour faire entrer dans les poumons un air nouveau froid, à moins qu'on ait une certitude phyſique par le refroidiſſement ou autrement qu'il eſt mort depuis du temps. On lui fera reſpirer de l'eau de luce ou toute autre eau ſpiritueuſe. On lui verſera dans la bouche du vinaigre ou du jus de citron, & on lui donnera des

lavemens de tabac, comme nous venons de l'indiquer pour les perſonnes noyées.

Les accidens cauſés par la vapeur du charbon, malheureuſement trop communs de nos jours, auroient dû rendre les hommes plus circonſpects. La mort des ſieur & dame Lemaire, marchands de Modes, rue Saint-Honoré, à l'enſeigne *de la Corbeille Galante*, en fournit une preuve bien évidente.

On employera le même moyen pour les perſonnes qui auront été ſuffoquées & étouffées par la vapeur qui s'élève des caves & des celliers, dans la fermentation du vin, du poiré, du cidre, &c.

---

## Article Troisième.

### *Moyens préſervatifs de nombre de maladies.*

### § I.

Guérir, fut & ſera toujours la première intention du véritable Médecin dans la cure des maladies; mais encore n'eſt-elle jamais la ſeule. Ses vues ne ſe bornent pas là ſeulement, elles ont pour objet de garantir & de prévenir les maux. En effet, ſi c'eſt avec raiſon que l'on regarde comme beaucoup plus avantageux à l'humanité, l'art de préſerver des maladies, que l'art de guérir, la Médecine prophylactique doit obtenir la pré-

férence ſur toutes les autres branches de cet art ſalutaire, rendant les autres parties de cette ſcience inutiles, ſi elle étoit portée à la perfection.

## § II.

### *PRÉSERVATIF contre les Vapeurs malignes du Serein, utile aux voyageurs & ſoldats.*

Pour ſe préſerver des vapeurs malignes du ſerein, il ne s'agit que d'humecter le corps d'eau ſalée, & de ſe couvrir de ſes habits pendant que l'on eſt encore humide, à raiſon de quoi le bain d'eau de mer eſt très-favorable, lorſqu'on eſt à portée de le pouvoir prendre: dans d'autres cas, on y ſupplée avec le même avantage en portant du ſel ſur ſoi. Six onces de ſel gris mêlangé avec deux pintes d'eau, donnent une ſubſtance ſaline à peu près ſemblable à l'eau de mer, & c'eſt le dégré auquel il s'agit de ſe fixer : d'où il ſuit que toute ſorte de ſel peut produire le même effet, en augmentant plus ou moins la doſe ſuivant la bonté & le dégré de la ſalaiſon.

La Nature elle-même ſemble nous avoir voulu enſeigner ce remède ou *préſervatif* dont elle nous garantit l'efficacité par l'uſage conſtant dans lequel ſont les habitans de l'île d'Ormus * de coucher ſur des tapis au haut de

* Cette île d'Aſie, ſituée à l'entrée du golfe Perſique, n'eſt, pour ainſi dire, qu'un amas de rochers couverts de pierres de ſel; les maiſons mêmes ſont bâties de ces pierres.

leurs maisons, exposés à l'air, sans aucun préjudice pour leur santé.

## § III.

### *PRÉSERVATIF contre les maux de Dents & les Fluxions.*

Un moyen facile & peu dispendieux de se garantir pour toujours des maux de dents & des fluxions, consiste, après s'être lavé la bouche tous les matins, comme la propreté & même la santé l'exigent, à se rincer la bouche avec une cuillerée à café de bonne eau-de-vie de lavande distillée, à laquelle, si l'on veut, on ajoute autant d'eau chaude ou d'eau froide, pour en diminuer l'activité. Ce moyen innocent & simple est un préservatif très-sûr, dont une longue expérience a toujours confirmé le succès.

## § IV.

### *PRÉSERVATIF contre les effets du Froid.*

Au moment qu'une personne entre dans une maison avec les pieds & les mains transis, ou, comme on dit communément, engourdis & morts de froid ; au lieu de courir auprès du feu, elle devroit rester dans une chambre froide & sur le champ tremper ses mains & ses pieds, s'il le faut, dans un seau ou un bassin d'eau aussi froide qu'il pourra le supporter, jusqu'à ce qu'il commence à sentir un peu de chaleur; effet qu'il sera fort surpris d'éprouver au bout d'une ou deux

minutes. C'eſt la méthode la plus efficace pour préſerver les enfans des engelures.

Cette doctrine eſt directement contraire à cette maxime reçue, que les contraires ſe guériſſent par les contraires; mais je certifie qu'elle ſe trouve vraie par les expériences, & qu'elle eſt encore confirmée par ce qui ſe pratique en Ruſſie, où il eſt commun pendant l'hiver de porter des viandes de toutes eſpèces (quand elles ſont entièrement gelées) des pays fort éloignés juſqu'à Péterſbourg, & de les dépoſer dans des glacières, juſqu'à ce qu'on en ait beſoin; pour lors en les faiſant tremper pendant quelque temps dans de l'eau froide, les particules de glace en ſont extraites & la viande eſt propre pour ſervir à l'uſage ordinaire de la table.

## § V.

### *PRÉSERVATIF contre la Petite-Vérole.*

Au nombre des moyens prophylactiques de la petite-vérole, on peut placer de ce nombre *l'Inoculation*. Les découvertes les plus utiles & les plus importantes ſont toujours vivement conteſtées dans leurs principes, c'eſt même en quelque ſorte une marque certaine de leur utilité. C'eſt ce qui eſt arrivé à l'inoculation, combattue d'abord par l'intérêt & le fanatiſme, mais défendue depuis par la raiſon & le ſuccès. Depuis long-temps les avantages qui doivent en réſulter ſont calculés, la petite-vérole naturelle nous décime, l'ino-

culation nous milléſime. Il eſt maintenant au pouvoir de la médecine d'arrêter les déplorables effets de ce fléau qui ne fait grâce de la vie qu'en défigurant les traits. Il ne s'agit donc plus ici d'élever des doutes en faveur de cette pratique; les Mémoires éloquens & ſolides publiés ſur cette utile découverte par de célèbres Médecins, tant d'expériences heureuſes confirmées tous les jours par de nouveaux triomphes, ne laiſſent aucun nuage ſur l'excellence de cette méthode, ſurtout depuis que MM. Richard & Jouberthou, Médecins inoculateurs françois, l'ont portée au plus haut dégré de perfection & de certitude ſur la Perſonne de notre jeune Roi & des Auguſtes Princes & Princeſſes du Sang Royal.

Il ne reſte donc qu'à divulguer autant qu'il eſt poſſible la méthode d'inoculer la plus facile & la plus ſûre & la mettre à la portée de tout le monde, afin que cette opération ſoit l'ouvrage des mères, des nourrices, des gouvernantes, &c.

Voici la manière la plus ſimple de procéder à l'inoculation : On met à découvert les deux bras du futur inoculé, on charge deux lancettes avec du pus varioleux en perçant pluſieurs boutons en pleine ſuppuration à un varioleux, enſuite on ſoulève doucement l'épiderme avec l'inſtrument, ayant grand ſoin de ne pas faire ſaigner la petite plaie qu'on a faite & qui doit être imperceptible. On fait deux piqûres pa-

reilles ſur chaque bras, ayant ſoin de preſſer le doigt auſſi-tôt après ſur l'endroit piqué, afin que le pus qui s'eſt arrêté en partie au bord de la plaie, y pénètre davantage. Enſuite on abandonne le malade à lui-même, qui ne ſentant rien & n'appercevant aucune bleſſure, reprend ſa première gaieté, que la perplexité du moment lui avoit fait perdre. On aura attention de laiſſer les malades à l'air libre & de purger l'inoculé avec une médecine ordinaire, lorſque la deſſication des puſtules ſera achevée.

Pluſieurs Auteurs Médecins penſent que la préparation à l'inoculation doit ſe faire avec des remèdes tirés du mercure. On peut mettre de ce nombre le grand Boerhaave & MM. Sutton, célèbres Médecins, Inoculateurs Anglois, dont la poudre eſt un compoſé d'une partie conſidérable de ce minéral. Ce moyen pourroit être mis en uſage très-avantageuſement, non ſeulement comme préſervatif, mais encore comme curatif, ce qui pourroit empêcher la petite vérole de devenir confluente. La petite vérole eſt une maladie cutanée, qui peut être confondue pour la façon de guérir avec les dartres, cloux, galles de toute eſpèce. Le mercure ſublimé-corroſif, pris intérieurement, eſt propre à ces ſortes de maladies, & ne l'eſt pas moins pour la petite vérole, qui par elle-même n'eſt autre choſe qu'un virus inné qui ſe développe à différens âges plus ou moins malignement. Ce ſont des

idées qui ont besoin d'être développées & qui trouveront leur place dans un ouvrage qui doit paroître incessamment sur cette matière.

## § V.

### *Préservatif des Maladies Vénériennes.*

Depuis long-temps on s'est occupé des remèdes prophylactiques des maladies vénériennes, & l'expérience n'a que trop malheureusement appris qu'ils sont trop futils & incapables de répondre à l'attente de celui qui voudroit les employer. Quel fonds peut-on faire en effet sur des prophylactiques, dont la plupart ne sont que des huileux, des astringens ou des recettes pures & simples de remèdes propres à guérir ces maladies? Le faux de ce raisonnement saute trop aux yeux pour prendre la peine de les réfuter. Le nœud de la difficulté seroit de trouver dans la Nature une substance quelconque, qui combinée avec le virus eut assez d'énergie & d'activité pour le décomposer sur le champ. Eh bien! ce coin tant désiré, capable d'entamer ce nœud, est enfin trouvé & consigné par un bienfaiteur de l'humanité, dans un ouvrage très-intéressant qui vient de paroître tout récemment sur cette matière, intitulé : Manuel Anti-Syphilitique, *ou Essais sur les Maladies Vénériennes;* avec un *préservatif de ces Maladies*, par M. Cezan, Docteur régent de la Faculté de Médecine

en l'Univerſité de Paris, *& ſe trouve à Paris, chez* DESVENTES DE LA DOUÉ, *Libraire, rue Saint-Jacques, vis à vis du Collége de Louis le Grand.*

Le Préſervatif que l'Auteur donne généreuſement au Public, réunira d'autant plus les ſuffrages, qu'il eſt, malgré ſon extrême ſimplicité, conforme aux lois de la Chimie & de la Phyſique.

---

## ARTICLE QUATRIÈME.

### *PRÉJUGÉS contraires à la Santé.*

Beaucoup de gens croyent :

I.

QUE les fruits donnent la dyſſenterie ; il n'eſt pas bien décidé que les fruits ſoient la cauſe de la dyſſenterie, mais il eſt bien prouvé que les fruits aqueux, doux, ſucrés, légèrement acides, fondans & bien mûrs, non ſeulement ne cauſent pas cette maladie, quand ils ſont pris même en aſſez grande quantité, mais que beaucoup de perſonnes en ont été préſervées & pluſieurs en ont été guéries en mangeant des fruits, & on voit la maladie attaquer des gens qui n'en ont point mangé.

II.

Que plus on mange, plus on a de force

& plus on engraiſſe ; un examen attentif & réfléchi prouve que cette opinion eſt fauſſe & auſſi erronnée que celle des perſonnes qui s'imaginent, qu'il faut, quand on n'a point d'appétit, s'efforcer de manger ; c'eſt ce qu'on appelle manger par raiſon & ce que l'on pourroit appeler manger ſans raiſon. Le défaut d'appétit vient preſque toujours ou du dérangement de l'économie animale en général, ou de celui de l'eſtomac ; ſi l'on prend alors des alimens, quoique la Nature n'en demande pas, on augmente par une indigeſtion le mal qui exiſtoit déjà & on s'en donne un nouveau.

## III.

Que le ſucre eſt nuiſible à la ſanté ; cette opinion même a gagné les gens de l'Art ; un Médecin célèbre l'a dit auſſi, mais il ajoutoit qu'il ne l'étoit qu'à la bourſe, à cauſe de ſa cherté.

Le ſucre eſt un compoſé d'une terre légère, d'un acide volatil, d'une huile ſubtile & d'un phlogiſtique. On ne le doit pas compter parmi les ſels neutres ou moyens, parce qu'il eſt reconnu par tous les Chimiſtes qu'il entre dans la claſſe des corps muqueux, il réſiſte à la putréfaction & il a une vertu diſſolvante.

On doit regarder le ſucre comme un aliment très-ſain, qui nourrit ; outre cela il adoucit les humeurs, les préſerve de la corruption ou putridité ; il eſt capable de

lever les obſtructions; la chaleur qu'il procure eſt douce & ne ſurpaſſe pas la chaleur naturelle. Il facilite la digeſtion & empêche les fruits de faire du mal. Enfin il diviſe l'humeur épaiſſe de la poitrine & de la gorge & favoriſe l'expectoration.

Le Duc de Beaufort, mort à 70 ans, mangea chaque jour, pendant 40 années, plus d'une livre de ſucre. Cette grande quantité de ſucre n'altéroit en rien ſa ſanté; après ſa mort on trouva tous ſes viſcères bien ſains, & toutes ſes dents étoient fermes & entières. Un Anglois dont parle Geoffroy, & qui vécut un ſiècle entier, avoit accoutumé de manger toujours beaucoup de ſucre avec tous ſes alimens. On ſait que les Nègres déſerteurs, réduits à ſucer des cannes à ſucre, s'en nourriſſent très-bien quinze & vingt jours & même davantage.

M. Garnier, Médecin du Roi en chef à la Martinique, à ſon retour des îles, a communiqué à la Faculté de médecine de Paris dont il eſt membre, dans une Aſſemblée du *prima menſis*, une guériſon opérée ſur lui-même d'une hydropiſie aſcite, par l'uſage du ſucre, après avoir tenté inutilement tous les autres remèdes; il faudroit n'être pas Médecin pour ignorer que les remèdes contre cette maladie, que le proverbe latin (*Hidrops & quartana Medicorum ſcandala ſana*) range parmi ceux qui font perdre la réputation aux Médecins, ſont preſqu'en auſſi grand nombre que les ſpécifiques qu'on débite contre les fièvres intermittentes.

*Moyens sûrs de remédier promptement aux différens Accidens qui menacent la vie, & à une foule d'incommodités dont on est journellement attaqué.*

## A

ABEILLES. Lorsqu'on se sent avoir été piqué d'une abeille, il faut commencer par retirer l'aiguillon de l'insecte, baſſiner la plaie avec de l'eau ſimple, tremper un linge dans une décoction tiède de fleurs de ſureau, dans laquelle on aura délayé un peu de thériaque, ou, auſſi-tôt après avoir retiré l'aiguillon, on préviendra la douleur & l'enflure, en ſe frottant avec de l'huile.

*Aigreurs d'eſtomac.* Il faut avaler, le matin & le ſoir, pendant pluſieurs jours, un bol fait avec un demi-gros de la poudre d'écreviſſe, & une ſuffiſante quantité de ſirop de menthe. Rien n'eſt meilleur encore que la magnéſie blanche, ou la poudre de Santinelli, à la doſe d'une demi-once, dans un verre d'une légère infuſion de méliſſe.

*Alimens tombés dans la trachée-artère.* S'il eſt tombé dans ce canal quelque aliment, il ſurvient dans le moment une toux violente, accompagnée d'une douleur aiguë, & l'on peut périr dans cet état ſi l'on n'eſt promptement ſecouru. Les ſecours dans ce cas conſiſtent à frapper fréquemment ſur l'épine du dos, & à promener la barbe d'une

plume dans la gorge, pour provoquer le vomiſſement, & à faire éternuer, en ſoufflant fortement dans les narines du tabac ou du poivre blanc.

*Aphtes, ou petits Ulcères qui viennent à la bouche.* Lorſqu'ils excitent de la douleur, il faut les baſſiner ſouvent avec le lait dans lequel on aura fait bouillir des figues graſſes, ou avec une décoction d'herbes émollientes, comme la mauve & la guimauve. Quand la douleur ſera diminuée, on les baſſinera avec une décoction d'aigremoine, mêlée d'un peu de miel roſat.

*Araignées.* Quand on en a été mordu, il faut laver la partie avec l'alcali volatil de corne de cerf, ou avec de l'eau de luce, & avaler, le ſoir, un demi-gros de thériaque. Si l'on a avalé une araignée, ou ſi l'on a bu quelque liqueur dans laquelle cet inſecte eſt tombé, il faut prendre deux grains d'émétique dans un verre d'eau tiède, & après l'effet de l'émétique, on avalera huit gouttes d'eau de luce dans un ſetier d'eau tiède.

*Ardeurs d'Urine.* Il faut éviter les alimens liquides & ſolides, qui ſont âcres & échauffans, & faire uſage d'une boiſſon rafraîchiſſante dans laquelle on aura fait bouillir de la graine de lin.

*Arſenic.* Pour arrêter l'action du poiſon auſſi terrible, faites prendre promptement & en très-grande quantité, à celui qui eſt empoiſonné, des torrens d'eau tiède ou du lait, enſuite de l'huile d'amande douce par

très-grandes cuillerées, & ſouvent réitérées; donnez pluſieurs lavemens à l'eau de graine de lin; tâchez d'exciter le vomiſſement du malade en lui mettant les doigts dans la bouche; enſuite il fera néceſſaire que le malade ne prenne que du lait pour toute nourriture pendant ſix ſemaines. Si la gorge & la bouche reſtent enflammées, on fera un gargariſme de miel roſat & de ſirop de limon. Il faudra néanmoins conſulter quelques perſonnes de l'Art, pour parvenir aux moyens que certaines circonſtances exigeront, tels que la ſaignée, ſi le pouls eſt fort, &c.

BLESSURES. *Voyez* les articles, Brûlures, Coupures, Écorchures, Morſures, Piqûres, Plaies.

*Bourdonnement des Oreilles.* Pour faire ceſſer ce bourdonnement, introduiſez dans l'oreille un coton imbibé d'huile d'amandes amères, ou d'huile de lis, ou d'eau-de-vie coupée avec de l'eau commune; il ſuffit quelquefois d'expoſer l'oreille à la vapeur de l'eau un peu chaude.

*Boutons.* Quand les femmes ont un bouton au viſage, elles appliquent deſſus une mouche, ce que l'on ne peut appercevoir. Pour le faire diſparoître plutôt, il ſuffit de le frotter le matin avec la ſalive, avant d'avoir pris aucun aliment; cependant, lorſqu'il eſt mûr, on peut couper le ſommet avec des ciſeaux, afin de procurer l'iſſue de la ma-

tière purulente, & hâter le deſſéchement. Pour arrêter le bouton dans ſa naiſſance, il ſuffit d'appliquer deſſus une croûte de pain grillée, & la plus chaude poſſible. Mais ſi les boutons ſont multipliés, ils ne ſont dus alors qu'au défaut de la lymphe, & il faut avoir recours aux procédés du lait.

*Brûlure.* Lorſqu'elle eſt conſidérable, on battra un blanc d'œuf, avec deux cuillerées d'huile; on appliquera ce mêlange ſur la brûlure. Nous n'indiquons que ce remède, ayant l'avantage de pouvoir être préparé par-tout. Ses ſuccès multipliés ôtent tout doute ſur ſa bonté.

CHAMPIGNONS. Il eſt très-important de ſavoir diſtinguer les bons champignons des mauvais: les premiers ſont d'une moyenne groſſeur, à peu près comme celle d'une noix; ils ſont charnus, peſans, blancs en deſſus, rougeâtres en deſſous; ils ont une conſiſtance ferme, caſſante, moëlleuſe en dedans; mais ceux qui ont les qualités contraires, ont l'odeur déſagréable, leur pulpe intérieure devient livide, lorſqu'elle eſt frappée par l'air. Ceux qui ont mangé des champignons vénéneux reſſentent des douleurs vives d'eſtomac; ils ont un vomiſſement difficile & douloureux, avec une ſoif inextinguible, des douleurs d'entrailles, des tranchées cruelles, un grand mal de tête, le viſage allumé, le ventre enflé, les déjec-

tions abondantes, le pouls gros & plein, enſuite ſerré, ſuivi de ſueurs froides; des foibleſſes, des convulſions ſont ordinairement les ſymptômes précurſeurs de la mort : il n'y a pas de temps à perdre, il faut faire vomir abondamment avec une chopine d'eau tiède, dans laquelle on aura jeté ſix grains d'émétique. On donnera enſuite pluſieurs lavemens à l'eau ſimple; on fera boire largement de l'eau tiède dans laquelle on aura délayé du ſirop de limon, ou même mieux, du ſirop de vinaigre juſqu'à agréable acidité. Si les ſymptômes ſont menaçans, on fera prendre l'eſprit de ſel marin, à la doſe de huit à dix gouttes dans un verre d'eau tiède, & l'on réitérera cette doſe pluſieurs fois : on frottera enſuite le ventre, avec l'huile d'amandes douces; on appliquera deſſus des cataplaſmes émolliens, faits avec de la mie de pain & du lait: c'eſt une méthode très-louable, avant d'employer les champignons, de les faire bouillir dans une première eau avec une certaine quantité de vinaigre.

*Chenille.* Cet inſecte cauſe une petite éréſipèle à la peau, ſur laquelle il a rampé; il ſuffit de la baſſiner avec une décoction de fleurs de ſureau.

*Chien enragé.* Le chien menacé de la rage eſt abattu; il ne mange point; il ne boit point; il eſt comme aveugle, & va ſe heurter contre la muraille; il a la queue entre les pattes, & ne reconnoît point ſon maître; il

n'aboye plus, & court après les autres animaux, mais ſans les mordre, & une humeur jaunâtre ſort de ſa gueule en petite quantité; & enfin il entre en furie par la préſence de quelques liquides. Lorſqu'on eſt mordu par quelqu'animal que l'on ſoupçonne être enragé, le ſymptôme le plus ſûr eſt l'hydrophobie, ou l'horreur de l'eau. Les précautions conſiſtent à ſcarifier la partie mordue, à ſe faire ſaigner du bras, à prendre des bains pendant pluſieurs jours, à ſe faire des frictions avec le mercure ſur les extrémités inférieures juſqu'à exciter la ſalivation, à boire quelques liqueurs aigrelettes, & à obſerver un régime humectant & relâchant. Quoiqu'on tienne la conduite que nous preſcrivons, on ne doit pas négliger d'appeler promptement quelque perſonne de l'Art pour diriger l'adminiſtration des premiers remèdes.

*Chute.* Lorſqu'on a fait une chute conſidérable, ſuivie d'engourdiſſement ou de perte de connoiſſance, ou d'hémorragie, il faut commencer par ſaigner, & éviter d'agiter & de ſecouer le malade : enſuite on fera des fomentations ſur la partie affligée, avec des linges ou flanelle trempés dans de l'eau & du vin chauds. Quand les grands accidens auront ceſſé, on prendra pour boiſſon une légère infuſion de vulnéraire Suiſſe.

*Chute de la Luette.* Lorſque la luette eſt tombée, on la fait remonter en la touchant avec du poivre qu'on porte juſqu'à elle ſur le manche d'une cuiller à bouche, ou en

ſouffiant deſſus, avec un chalumeau, de la graine d'aneth pulvériſée. Si ces remèdes étoient inſuffiſans, prenez un ſcrupule de noix de galle, autant d'alun, autant de poivre, pulvériſés & mêlés avec un blanc d'œuf, enſuite, trois ou quatre fois par jour, vous tremperez dans ce mêlange le bout d'un petit bâton garni de linge, & vous en toucherez la luette, elle ne tardera pas à reprendre ſa ſituation naturelle.

*Clou.* Lorſque les douleurs ſont vives, il eſt néceſſaire de faire une ſaignée, ſinon, on ſe contentera d'obſerver un certain régime, de n'uſer d'aucune nourriture liquide ou ſolide qui ſoit capable d'échauffer. On appliquera ſur le mal un cataplaſme de lait, de mie de pain & de jaune d'œuf; enſuite, pour amener à ſuppuration, on appliquera un onguent fait avec l'oſeille cuite dans du ſaint-doux; la ſuppuration établie, on ouvrira la tumeur pour en faire ſortir le bourbillon; on panſera l'ulcère avec le baume d'arcéus, auquel on mêlera l'huile de millepertuis.

*Colique.* Lorſqu'on eſt attaqué d'une colique, quelle qu'en ſoit la cauſe, pour arrêter les progrès du mal, on fera boire une grande quantité d'eau tiède; on adminiſtrera des lavemens avec une forte décoction de graine de lin, on mettra des ſerviettes chaudes ſur le ventre, & on appliquera des cataplaſmes émolliens. Nous donnons comme remède certain & éprouvé cette recette. Pre-

nez deux cuillerées de bonne huile, autant d'eau-de-vie, un caſſon de ſucre ; faites fondre & délayez le tout, que vous avalerez. La douleur ceſſe quelques inſtans après.

*Contuſion.* Lorſqu'elle eſt conſidérable, enveloppez la partie meurtrie avec un linge trempé dans du vinaigre & de l'eau tiède; changez ce linge toutes les trois heures le premier jour; prenez pour portion une infuſion faite avec des vulnéraires; ajoutez une once de ſirop de grande conſoude.

*Corps arrêtés entre la bouche & l'eſtomac.* Quand un corps étranger eſt un peu avancé dans la bouche, on peut le retirer avec les doigts. Pour opérer facilement, on place le malade ſur un fauteuil, la tête penchée; on lui met entre les dents molaires un morceau de liége pour tenir la bouche ouverte, & avec la main gauche, on appuye ſur la langue le manche d'une cuiller, tandis qu'on introduit la droite au fond du goſier. Si le corps eſt trop avancé, il eſt ſalutaire d'exciter le vomiſſement par quatre grains d'émétique dans un verre d'eau tiède; les efforts que le malade fera en vomiſſant, ſuffiront pour le chaſſer. Si le corps engagé dans l'œſophage, eſt de nature à pouvoir tomber dans l'eſtomac ſans riſque, comme les alimens, après avoir placé le malade comme nous avons dit, avec un poireau ou une bougie huilée & un peu échauffée, on le pouſſera pour le faire tomber.

*Cors aux pieds.* Le moyen le plus ſûr eſt

de les tremper ſouvent dans l'eau tiède, de les amollir & en couper la ſuperficie avec un canif, & éviter ſurtout de les faire ſaigner. On appliquera après cette opération une feuille de pourpier, de lierre, ou de joubarbe trempée dans du vinaigre (cette dernière eſt préférable) : il faut outre cela frotter le cor chaque matin avec l'une de ces feuilles écraſées. On ne peut trop recommander de ne jamais faire uſage de ces remèdes qui ſe vendent dans les rues.

*Coup.* Voyez le mot *Chute.*

*Coup de Sang.* Le coup de ſang eſt cette apoplexie foudroyante, qui tue dans la minute ; cependant le mal peut être moins violent, & il faut eſſayer de conſerver la vie au malade avec la plus grande célérité.

On lui découvrira la tête, on deſſerrera le col & les vêtemens, on lui liera fortement les cuiſſes ſous le jarret ; on le placera au milieu d'un air frais, de façon qu'il ait les pieds pendans; on lui ſoufflera dans les narines du tabac, ou on lui fera reſpirer des liqueurs les plus ſpiritueuſes; ou s'efforcera de ranimer la nature, en lui faiſant éprouver quelques douleurs. On lui donnera un lavement avec quatre onces de vin émétique trouble; il ſera bon de tirer quelques gouttes de ſang, en lui faiſant une légère inciſion & en uſant de précaution.

*Coup de Soleil.* Les ſignes qui le caractériſent, ſont, un violent mal de tête, les yeux rouges & ſecs, la peau chaude & ari-

de, une groſſe fièvre, des étourdiſſemens & un aſſoupiſſement. Il faut faire une ſaignée au pied, mettre les jambes dans l'eau tiède, prendre pluſieurs lavemens émolliens, beaucoup ſe rafraîchir, & mettre ſur la tête des ſerviettes trempées dans l'eau froide. Une feuille de papier ſur le chapeau briſe avantageuſement les rayons du Soleil.

*Coupure.* Il faut la laiſſer ſaigner quelques inſtans; ne jamais mettre deſſus de tabac ou autre corps âcre; il ſuffit, pour opérer la guériſon, de mettre deſſus un morceau de toile cirée, qu'il ſera facile de faire en plongeant un morceau de linge dans un mêlange de cire blanche fondue avec un peu d'huile qu'on laiſſe un peu ſécher.

*Couſins.* Piqûres de couſins. *Voy.* le mot *Abeille.*

DARTRES *farineuſes.* Pour vous guérir, obſervez un régime rafraîchiſſant pendant huit jours, & prenez la tiſane ſuivante; faites bouillir une once & demie de racine de patience ſauvage, mondée & coupée par morceaux, dans trois chopines d'eau, que vous réduirez à une pinte; faites infuſer deux gros de réglisſe effilée, paſſez, & ajoutez deux gros de ſel de glauber; buvez-en quatre verres tièdes par jour; après le temps indiqué, il faudra ſe purger dès le commencement, & frotter la dartre avec une décoction de fleurs de guimauve. Il faut obſerver de rien appliquer

qui ſoit aſtringent, & ſe méfier de tous gens à ſecret, qui promettent prompte guériſon.

ÉCHARDES. Il faut les retirer ſur le champ, tenir la partie dans un bain d'eau tiède, & appliquer deſſus un morceau de taffetas d'Angleterre. Si le corps eſt trop enfoncé, il faut faire faire une légère inciſion, afin de donner iſſue; & pour éviter l'inflammation, il eſt néceſſaire d'expoſer l'objet malade à la vapeur de l'eau chaude, & d'appliquer deſſus un cataplaſme émollient; pour hâter la ſuppuration, on applique l'onguent de la Mère; l'abſcès formé, on l'ouvre avec un biſtouri, le corps étranger ſort, & on panſe la plaie avec la charpie chargée de baume d'arcéus & d'un peu d'huile de millepertuis.

*Échauboulures.* Il faut faire uſage de bouillons rafraîchiſſans, &c., ſe purger enſuite avec deux onces de manne, une once d'électuaire lénitif, deux gros de ſel d'epſom dans un verre de décoction de chicorée ſauvage. On lavera les puſtules avec de l'eau de ſureau; mais ſi elles étoient conſidérables, il eſt bon d'avoir recours à la ſaignée avant de commencer.

*Écorchure.* On ſe guérira facilement en appliquant ſur l'endroit un linge couvert d'huile, ou d'un peu d'onguent *populeum.*

*Engelures.* Les moyens les plus efficaces pour les détruire ſont, de ſe laver les pieds & les mains dans de l'eau très-froide ou

prête à ſe glacer; mais ſi ce moyen étoit trop actif, on les trempera dans une décoction réſolutive tiède, faite avec de la pelure de raves, à laquelle on ajoutera un ſeizième de vinaigre; ſi les engelures ſont ouvertes, on appliquera un quart d'huile de roſe mêlée avec du blanc-raſis.

*Enrouement.* Pour le faire ceſſer, il ne faut que reſpirer par la bouche la vapeur de l'eau tiède ou du lait chaud, & ſe gargariſer.

*Envies.* Il faut avoir ſoin de les couper avec des ciſeaux, & de ne jamais les arracher, il pourroit en réſulter un panaris. Si une envie arrachée donnoit lieu à une légère inflammation, on la fera ceſſer, en expoſant le doigt à la vapeur de l'eau bouillante.

*Évanouiſſement.* Lorſqu'une perſonne s'évanouit, il faut relâcher ſes vêtemens, & lui jeter des gouttes d'eau froide ſur le viſage; on lui ſoufflera dans les narines de la fumée de tabac. Si ces moyens étoient inutiles, on ſecoueroit le malade, & on l'irriteroit par des impreſſions douloureuſes.

FOULURES & ENTORSES. Dans le moment de l'accident, plongez la partie dans l'eau froide, & laiſſez-l'y quelques inſtans; ce remède eſt inutile quand il n'eſt pas fait ſur le champ. Appliquez ſur la partie une compreſſe trempée dans de l'eau & du vinaigre. Il ne faudra faire aucun mou-

vement avec la partie foulée, qu'on aura ſoin de tenir enveloppée.

GERSURES. Pour les guérir, il faut ſe laver avec du vin chaud, & appliquer deſſus du miel roſat.

HALES. Eſpèces de taches qui ſurviennent à la peau, cauſées par la chaleur du ſoleil; on les fait diſparoître en ſe lavant avec le ſavon d'Alicante, diſſous dans l'eau, ou en ſe frottant avec l'eſprit de citron, ou avec la pâte d'amande amère.

*Hoquet.* Lorſqu'il eſt violent, il ſuffit d'exciter l'éternuement avec le tabac; s'il devenoit plus fort, il faudra avaler quelques gouttes d'huile de cannelle.

INDIGESTION. Les perſonnes qui en ſont attaquées, doivent boire abondamment du thé léger & bien chaud, prendre coup ſur coup pluſieurs lavemens; & ſi le vomiſſement ne vient pas, le provoquer en avalant quatre grains d'émétique dans un grand verre d'eau tiède, & boire encore beaucoup pardeſſus; il faut avoir ſoin de ne rien prendre qui échauffe, faute qui arrive très-ſouvent, & qui peut avoir des ſuites funeſtes.

LANGUE *chargée.* Ceux qui ont la langue chargée, doivent observer un peu de diète, & prendre des bouillons de chicorée sauvage, & il est bon chaque jour de se rincer la bouche avec un mêlange d'eau & d'eau-de-vie.

*Lassitudes & Inquiétudes.* On guérit l'une & l'autre, quand elles ne proviennent d'aucun travail forcé, en buvant beaucoup de petit lait, en se faisant faire des frictions sur tout le corps avec des linges chauds, observant de ne vivre que d'alimens doux & humectans.

MAL *de Dents.* Quand une dent est cariée, il faut l'arracher; mais pour calmer la douleur qu'elle cause, on trempera un peu de coton dans l'essence de girofle, que l'on introduira dans le trou que la carie a produit. On appliquera sur la tempe une emplâtre composée de farine de blanc d'œuf, d'eau-de-vie & de mastic.

*Médecines ordinaires.* Faites une décoction avec des feuilles de chicorée sauvage, ensuite prenez deux gros de folicule de séné, deux gros de sel de glauber, un demi-gros de rhubarbe concassée, versez pardessus un verre de la décoction toute bouillante, & laissez infuser quelque temps; coulez l'infusion, délayez-y deux onces de manne, & passez.

*Autre.* Faites fondre deux onces de manne dans un verre d'une décoction de chicorée ſauvage ; paſſez-la, & délayez-y enſuite une once de catholicon double, ou d'électuaire lénitif.

*Migraine*, ou *Mal de Tête.* Pour en modérer les douleurs, on appliquera deſſus le front & ſur les tempes un linge trempé dans le ſuc de feuilles de lierre, mêlé d'un peu d'huile roſat.

NOYÉ. Lorſque la perſonne noyée eſt retirée de l'eau, il faut à l'inſtant la déshabiller, la bien eſſuyer, & la tenir très-chaudement, en l'enveloppant, ſoit dans des couvertures ou des vêtemens, ou dans un lit bien chaud.

On lui ſoufflera, par le moyen d'une canule ou autre inſtrument, de l'air chaud dans la bouche en lui ſerrant les narines.

On lui introduira de la fumée de tabac dans le fondement, en ſe ſervant de deux pipes, dont le tuyau de l'une ſera introduit, avec précaution dans le fondement, les deux fourneaux de pipe appuyés l'un ſur l'autre, & quelqu'un ſoufflant la fumée par le moyen d'une ſeconde pipe. On peut employer avec ſuccès les lavemens de tabac.

On agitera le corps de la perſonne, en obſervant de ne pas la laiſſer long-temps ſur le dos.

On lui châtouillera le dedans du nez & la

bouche avec une petite plume. On lui soufera dans le nez un peu de tabac.

On la frottera un peu rudement par-tout le corps avec la flanelle.

Si la personne tirée de l'eau donne quelque signe de vie, on lui donnera peu à peu de l'eau tiède; si cette eau passe, on lui donnera, de demi-heure en demi-heure, une demi-cuillerée d'eau-de-vie camphrée animée d'un peu de sel ammoniac.

On mettra en usage tous les secours ci-dessus pour les Noyés, sans avoir égard au temps qu'ils ont été sous l'eau. Tous les signes de mort dans ce cas ne sont point certains. Il faut employer ce secours avec persévérance. Ce n'est quelquefois qu'après quatre à cinq heures qu'on a la satisfaction d'en voir l'efficacité.

ORILLONS (les) sont des tumeurs qui attaquent les deux grosses glandes situées entre l'oreille & la mâchoire; il suffit pour les dissiper de se tenir la tête bien couverte, de boire une légère infusion de mélisse, de prendre quelques lavemens, & de se priver de tous alimens visqueux; il faut éviter de donner de la bouillie aux enfans.

*Orties.* Les piqûres d'orties font naître des ampoules, & une démangeaison insupportable; il ne faut point se gratter, mais bassiner avec du lait tiède, mêlé à une forte décoction de cerfeuil, la partie offensée;

au défaut, se servir de vinaigre mêlé d'un peu d'eau.

PANARIS, ou *mal d'Aventure*. Il commence par une douleur sourde, que l'on ressent à l'extrêmité des doigts, avec un battement léger qui augmente, & qui est ensuite accompagné d'une grande chaleur & d'une douleur vive; le malade ne goûte aucun repos ni jour ni nuit : lorsqu'on se craint menacé, il faut exposer le doigt pendant le plus de temps possible à la vapeur de l'eau bouillante, ou le tremper dans une eau mêlée d'eau-de-vie un peu plus que chaude. On arrête souvent ainsi le mal dans son principe; mais s'il augmentoit, il faut hâter la suppuration, en tenant le doigt enveloppé d'un cataplasme de mie de pain & de lait, ou d'un linge couvert d'onguent de la Mère. Lorsqu'on sentira un mouvement de fluctuation, pour procurer l'ouverture, on appliquera une emplâtre de diachilon gommé. Il est important de ne pas laisser séjourner l'humeur; alors on fera une légère incision, lorsqu'on soupçonnera que le pus sera formé, ce qui est indiqué par la blancheur de la peau. Lorsque l'ouverture est faite, on laisse sortir le pus, ensuite on remplit la plaie avec de la charpie chargée de baume d'arcéus, mêlé d'un peu d'huile de millepertuis; on lève cet appareil tous les jours, & on en remet un nouveau; il faut observer un régime rafraîchissant.

*Puanteur de la Bouche.* Pour la corriger, il faut ſe gargariſer la bouche tous les matins avec des eaux ſpiritueuſes, comme l'eau des carmes, la lavande mêlée d'eau commune, ſe la nettoyer avec de la poudre très-fine de myrrhe, & une autre de romarin mêlées enſemble, & ſe la rincer avec de l'eau de fleur d'orange ; on remplit les dents cariées avec du coton, imbibé d'eſſence de cannelle, ou de girofle, ou avec une petite boule de cire, dans laquelle on aura mis un grain d'ambre ou de muſc.

RHUME de cerveau. On fera uſage pour boiſſon d'une légère eau d'orge, ou on fera bouillir dans l'eau des graines de nielle, & on expoſera les narines pluſieurs fois le jour à la vapeur de cette décoction, ou jettera ſur des charbons ardens du ſucre en poudre.

SAIGNEMENT DE NEZ. On l'arrête en ſe lavant les narines avec de l'eau très-froide, & en y introduiſant un peu de charpie trempée dans de l'eau & du vinaigre.

*Somnambule.* Pour guérir un ſomnambule, il faut que quelqu'un de confiance ſe gliſſe à ſon inſu dans ſa chambre à coucher, s'y cache armé de verges, & l'attaque au ſortir de ſon lit, lorſqu'il ſe prépare à ouvrir les portes ou fenêtres, & le réveille en le fouet-

tant. Ce moyen ne doit être employé que lorſque le Somnambule ne peut être en danger ; il ſeroit nuiſible de le réveiller en pareil cas, & l'on doit reſpecter ſon ſommeil.

*Autre moyen.* Il conſiſte à placer à côté du lit, à l'inſu du Somnambule, un vaiſſeau rempli d'eau froide, de façon qu'il ne puiſſe en ſortir ſans le renverſer ſur lui. Les perſonnes ſujettes au ſomnambuliſme, doivent manger peu le ſoir, ne ſe livrer après ſouper à aucun travail d'eſprit, & ne ſe coucher que lorſque la digeſtion eſt faite.

*Sueur des Pieds.* Il ſeroit dangereux de la faire ceſſer : mais on peut la détourner en portant des chauſſons de toile cirée. La propreté & le fréquent changement des bas eſt l'un des meilleurs moyens d'y remédier.

TACHES de rouſſeur. Prenez un fiel de chèvre, mêlez-le avec de la farine de pois juſqu'à conſiſtance de bouillie, appliquez-en ſoir & matin ; de plus, lavez-vous tous les matins, trois heures après l'application de ce remède, avec de l'eau, dans laquelle vous aurez fait bouillir de l'eau de froment.

*Taches de la Petite-Vérole.* Prenez telle quantité de limaçons que vous voudrez, avec leurs coquilles, & pilez-les avec partie égale de ſucre candi ; frottez ſoir & matin les parties attaquées.

*Taie.* La taie eſt une tache de l'œil qui attaque la cornée ; il ſuffit de laiſſer tomber

sur l'œil quelques gouttes de sucre de mouron, fermer les paupières, & de les assujettir avec une compresse & des bandes.

VERRUES. On se gardera bien de les arracher, il faut les lier avec de la soie que vous serrerez par dégrés; mêlez à deux tiers d'eau un tiers d'eau-forte, ensuite coupez avec des ciseaux la superficie de la verrue, entourez-la de cire, plongez la pointe d'une épingle dans ce mêlange, & laissez tomber la goutelette sur la verrue, répétez cette opération. Ce remède doit être fait avec précaution; mais le moyen suivant est plus sûr: prenez des feuilles de campanule, broyez-les, frottez-en les verrues, & réitérez souvent cette opération.

*Verdet*, ou *Vert-de-gris*. Voyez le mot *Arsenic*.

*Vipère*. Le véritable remède contre la morsure de ce reptile, est l'eau de luce; il faut en faire avaler six gouttes dans un verre d'eau, en même temps en donner à respirer & en bassiner la plaie avec une quantité de vin dans laquelle on aura mis de cette liqueur. A chaque quart-d'heure, on fait prendre par la bouche la même dose jusqu'à ce que le mal paroisse se ralentir; alors on diminue l'usage de la potion, & on cesse de la bassiner. On ne peut trop recommander de porter toujours avec soi, surtout à la campagne, un flacon d'eau de luce, pour en cas d'é-

vènement, ſe garantir des ſuites funeſtes qui réſulteroient, ſi l'on étoit éloigné de ce ſecours. L'eau de luce eſt un remède contre tous les poiſons animaux.

*Vue trouble.* Faites uſage de la poudre ſuivante : Prenez de l'euphraiſe ſéchée, une once ; deux gros de ſemence de fenouil ; de macis & de noix muſcade, de chaque un gros ; du ſucre candi, une once ; mêlez le tout enſemble pour quatre doſes, que vous prendrez ſoir ou matin dans un verre de vin blanc.

*Foibleſſe de la Vue.* Prenez une infuſion de fraiſe en guiſe de thé, & étuvez les yeux ſoir & matin avec le vin d'année, ou l'eau diſtillée d'ormin.

Nous ne ſaurions trop recommander d'être attentif à n'employer pour les yeux aucun remède âcre, ſpiritueux ou cauſtique, tels que l'eau-de-vie, l'eſprit de vin, &c. parce qu'il n'y a point de parties plus délicates, dont la conſervation ſoit plus utile à la vie.

*Remèdes ſouverains & faciles.*

Le miel guérit en peu de temps toute ſorte de plaies & de Contuſions. On l'étend ſur un linge plié en quatre, & on l'applique ſur la bleſſure, qu'il ne faut laver ni avec de l'eau, ni avec du vin. Au bout de 4 à 5 heures, on lève l'emplâtre & on en met une ſemblable qu'on lève à pareille diſtance. On continue, s'il eſt néceſſaire. La plaie ſe referme dans 24 heures au moins.

*Contre l'Eſquinancie.*

Une cuillerée de poivre blanc moulu, autant de ſucre rapé, & une quantité ſuffiſante d'eau-de-vie pour délayer ces deux ſubſtances. On fait un peu chauffer le tout en remuant ; & après l'avoir mis entre deux linges, on l'applique ſur le col ; on renouvelle ce topique juſqu'à la guériſon, qui eſt très-prompte, ſans même faire uſage des ſaignées.

---

*NOTE des Drogues qui entrent, ſoit dans les médecines, ſoit dans d'autres compoſitions.*

La Manne en larmes ou en ſorte, eſt la plus eſtimée. On reconnoît qu'elle eſt nouvelle, lorſqu'étant rompue, on y apperçoit une ſorte de ſirop.

La bonne Rhubarbe eſt la nouvelle ; elle doit avoir un goût aſtringent & un peu amer ; l'odeur aromatique, d'un jaune doré & de couleur de noix muſcade en dedans.

La meilleure Caſſe eſt celle dont les bâtons ſont gros, peſans, ne ſonnant point quand on les ſecoue.

Les folicules de Séné doivent être épaiſſes, grandes, d'une couleur verdâtre, & la ſemence qui eſt dedans groſſe & bien nourrie ; il faut rejeter celles qui ſont noirâtres & déchirées, comme mal-ſaines.

Les meilleurs Tamarins ſont gros, nou-

veaux, couleur de jeai & d'un goût aigrelet & agréable.

Le Sel Polychreſte, ou de Seignette.

Le Quinquina.

La Thériaque, que l'on ſait être très-propre contre toutes ſortes de poiſons, morſures de bêtes vénimeuſes & enragées.

La Confection d'Hyacinthe, qui eſt excellente pour fortifier le cœur dans les défaillances, les foibleſſes d'eſtomac, &c.

L'Eau de Méliſſe, dite des Carmes, dont on ſe ſert dans tous les ſyncopes, évanouiſſemens, apoplexies, &c.

*FIN.*

# LES DONS
# *DE LA NATURE,*
## POUR L'USAGE DE LA TABLE.

# PRÉFACE.

UN Recueil qui a pour baſe l'utilité & l'agrément de la Société ; qui indique des moyens propres à conſerver les êtres qui la compoſent, au ſein même des plaiſirs, ne peut manquer d'intéreſſer & d'être accueilli favorablement.

*Les Dons de la Nature*, que nous joignons à cet ouvrage, préſentent un Tableau des productions que la terre, l'air & la mer fourniſſent abondamment dans chaque ſaiſon de l'année, pour la nourriture & la ſatisfaction de l'homme ; mais comme ſa ſanté eſt ſujette à une infinité de variations, & que ſa vie eſt tourmentée par des infirmités, qui ne doivent, en partie, leur naiſſance, qu'au peu d'attention ou au défaut de connoiſſance, que la plupart ont des Alimens dont ils font uſage, nous aurions cru manquer notre but, ſi nous nous fuſſions bornés à la ſimple Notice, qui forme le Calendrier de ce Re-

cueil. Nous y avons ajouté les opinions de plusieurs Physiciens, sur les qualités & propriétés de chaque Aliment, & généralement sur tout ce qui entre dans leur composition. Ainsi cet Ouvrage sera pour lui un Guide sûr dans le choix qu'il pourra faire des choses propres à le nourrir & satisfaire son goût, sans nuire à son tempérament.

On trouvera, à la fin une table des Services, pour les quatre Saisons, tant en gras qu'en maigre, qui pourra servir à ceux qui voudroient ordonner des repas. Le *Guide de Santé* doit mettre en garde contre l'abus des bienfaits abondans de la Nature, qui sont étalés dans ce Recueil de ses dons.

# LES DONS
# *DE LA NATURE,*

## POUR L'USAGE DE LA TABLE.

---

## JANVIER,

*Premier mois de l'Hiver.*

QUOIQUE l'Hiver, saison incertaine, se fasse sentir plus ou moins tard d'une année à l'autre & appartienne autant à celle qui finit, qu'à celle qui commence, on fixe ordinairement au mois de Janvier le commencement de l'hiver, & par conséquent il concourt avec celui de l'année.

Nous jouissons dans ce mois des provisions de l'Automne ; il semble que la nature ait voulu nous dédommager de la rigueur du froid, & des injures de la saison, par l'abondance de tout ce qui est nécessaire à la vie, en pain, vin, viande, gibier, poisson, fruits de plusieurs espèces, tant crus que confits & secs.

Nous avons dans ce mois, le pain comme toute l'année ; celui de froment est le meilleur, le gros pain de cuisson, le bis blanc,

le Goneſſe qu'on apporte deux fois la ſemaine à Paris, ainſi que de pluſieurs autres endroits ; le pain au lait, le pain à la Reine, le mollet, à la moutauron, à la ſégovie, celui de Gentilly, le pain de condition, de Nanterre, le pain Chaland & autres.

Le pain de ſeigle & de froment a un goût fort agréable, mais il eſt moins nourriſſant ; cependant il eſt rafraîchiſſant & tient le ventre libre.

Les pains qui ſe mangent dans différens pays ſont, le pain d'orge, le pain de ſarrazin, le pain d'avoine, le pain de millet, le pain de châtaigne, & le pain de citrouille. On fait encore à Paris pluſieurs ſortes de petits pains de ſeigle, & autres, que l'on peut appeler pains de fantaiſie.

Le pain ſans levain n'étant qu'un mêlange de farine & d'eau, & cuit auſſi-tôt, ne peut être que malfaiſant ; au contraire le pain bien levé avec un morceau de pâte aigrie qu'on y met avant de le pétrir, eſt bien plus ſavoureux, & d'une digeſtion facile. Les riches ſe font ſervir du pain dont le mérite n'eſt que pour l'œil, étant preſque ſans corps, & gonflé d'eau avec peu de levure ; par conſéquent peu propre à fortifier le tempérament par des ſucs vigoureux, n'étant que la fleur de la farine, ſéparée de la moyenne, qui eſt la ſubſtance ſolide. On peut donc juger de la ſupériorité du pain où l'on fait entrer la fleur & la farine ſubſtancielle par la ſaveur parfaite qu'on y éprouve, & la bonne conſtitution de ceux qui en uſent.

Comme le vin eſt la ſource de la joie & l'ame du repas, il n'y a point de bonne chère où il manque; il fait quantité d'autre bien, en écartant la triſteſſe, & les paſſions ſombres; il rapproche peu à peu les perſonnes ennemies, il eſt le médiateur des réconciliations, le plus gracieux & le plus inſinuant, il eſt en un mot un des liens le plus engageant de la ſociété, & le ſoutien de l'homme dans ſon travail. Le pain met l'homme en état d'agir, mais le vin le fait agir avec courage, & lui rend ſon travail aimable & moins pénible.

Il eſt ſon ami, quand il en uſe avec prudence, comme on doit uſer de toutes les nourritures.

Les vins les plus en uſage pour la ſociété, en vins François, ſont, les vins de Bourgogne vieux, les Pomard, Chambertin, Beaune, Nuis, Sauvigny, Chaſſaigne, le Clos de Cîteaux, celui de Voujot, Plante d'Haſard, le Romané & autres; le vin de Beaune eſt celui qui ſe conſerve le mieux & le plus longtemps. Les vins de Rheims de même.

En Champagne, nous avons le vin blanc de Sillery, Hautvilliers, Piery, Haï dans les bonnes années; & en vins nouveaux la Tocanne d'Haï.

Les vins bourrus d'Arty, & d'Harbois, le Saint-Péré de Languedoc, le Moraché & le Mulſeau de Bourgogne, peuvent ſe boire dans les bonnes années avancées; les vins de Grave, de Bordeaux, de Moſelle, du Rhin, &c. figu-

rent dans leur temps avec nos bons vins François.

Nous avons de plus les vins de l'Hermitage, Côte-Rôtie, & quantité d'autres, rouges & blancs, de plusieurs sortes d'endroits différens, qui se consomment dans le pays même, & servent aux gens, qui ne peuvent atteindre à la tête, & particuliérement aux Marchands de vins pour la consommation générale, c'est-à-dire, pour former le mêlange gracieux que nous trouvons aux vins qui ont passé par leurs mains.

Nous avons dans ce mois les mêmes viandes de boucherie que dans l'Automne, la même volaille & le même gibier, & beaucoup plus de poissons de toute espèce, par la facilité du transport; nous avons encore quantité d'autres bonnes choses, comme, pâtés de perdrix, aux truffes, de Périgueux, de canards d'Amiens, d'alouettes, de cochons de lait, & autres.

Des Jambons de Portugal, de la Hontant, de Grenade à la neige, de Bayonne, de Mayence, de Westphalie, de Quiamer.

On peut croire, sans héréſie, que le vin est aussi ancien que le monde. Noé prit soin de communiquer au genre humain ce qu'il avoit connu avant le Déluge. En renouvelant l'Agriculture, son premier soin fut de planter la vigne, ensuite elle fut portée par-tout, de proche en proche, par les enfans de Noé. Le culte extérieur étoit le pain & le vin, on se contentoit souvent de cette offrande.

Nemrod, petit-fils de Cham, donna la chaſſe à toutes les bêtes qui dévoroient ſon pays, & qui mangeoient tout; il devint enſuite Roi. A ſa mort tous les peuples offrirent des ſacrifices, & faiſoient des Fêtes où on portoit pompeuſement le Van qui ſert à nettoyer le Blé; on diſtribuoit du vin aux aſſiſtans; ces Fêtes étoient toujours bien reçues, parce que la dévotion étoit ambulante, & animée par la bonne chère. La vigne paſſa d'Aſie en Europe, dans l'Archipel, en Grenade, en Italie, où elles ſe multiplièrent dans les ſiècles ſuivans. Quelques Gaulois qui en avoient goûté la liqueur, s'établirent dans le lieu où on en recueilloit, ils envoyèrent de côté & d'autre pluſieurs crûches de vin. Auſſi-tôt des armées de Chartrais & d'Auvergnats renoncèrent aux glands de leurs forêts. C'eſt aux Gaulois établis au delà du Pô, que nous devons l'invention utile de conſerver le vin dans des vaiſſeaux de bois exactement fermés. Les habitans de Marſeille & de la Gaule Narbonnoiſe eurent quelques vignes avant la conquête des Gaules par Jules-Céſar; mais Domitien arrêta le progrès des Plantations. Enſuite l'Empereur Probus permit aux Gaulois, aux Eſpagnols & aux Bretons d'en planter. On en planta enſuite par-tout où elle put réuſſir. Saint-Martin en planta en Touraine. Saint-Remy laiſſa ſes vignes par teſtament à diverſes Egliſes, ainſi que les Eſclaves qu'il employoit à les façonner.

Depuis ce temps les vignes furent cultivées par toute la France.

Les Allemands défrichèrent quelques cantons de la forêt noire, & plantèrent des vignes le long du Rhin; la Hongrie de même.

Après l'hiſtoire de la Vigne, voyons celle du vin. Les différentes eſpèces en ſont ſans nombre, elles varient par la couleur, la qualité & la durée, & il y a autant de ſortes de vins que de terroirs; on peut cependant les renfermer dans deux eſpèces, qui ſont les vins de liqueur, & les vins ſecs.

Les vins de liqueur ſont ceux qui ont une ſaveur douce, approchant plus ou moins de celle du miel.

La perfection de ces vins conſiſte à joindre à leur douceur une agréable amertume accompagnée de parfum. Les vins de liqueurs, muſcat & autres, les plus eſtimés parmi nous, ſont ceux de la Ciotad & de Saint-Laurent en Provence, de Frontignan en Languedoc, de Condrieux en Lyonnois, d'Arbois en Franche-Comté, de Riveſalte en Rouſſillon, & quelques autres.

Les vins de liqueurs étrangers ſont, le Tokay, qui vient en très-petite quantité ſur un côteau de Hongrie, la Verdée, la Muſcadelle, & le Montefiaſcone, tous vins de Toſcane, le vin Grec du Mont-Véſuve, qui eſt jaune comme l'or, & le Lacryma-Chriſti, vin fort rouge, qui ſe recueille ſur la même montagne, quand elle ne porte pas l'incendie & le ravage dans le vignoble

voiſin de ſon ſommet. Le vin de Malaga, dans le voiſinage de Gibraltar, ceux d'Alicante, de Randſio & autres vins. Celui de Madère, île qui appartient aux Portugais, à l'entrée de l'Océan.

Les vins des îles Canaries, dont le plus eſtimé vient de l'île de Palme, le Malvoiſie, vin fort épais, qui ſe façonne dans l'île Candie, & les autres vins Grecs qu'on recueille à Chio, à Ténédos ou métélin, & dans les autres iſles de l'Archipel, le vin de Schiras en Perſe eſt de même nature.

Les vins ſecs de France, de la Moſelle, du Rhin & pluſieurs autres vins d'Hongrie, ont pour grands défauts d'être verts, ou liquoreux, ou terreſtres, ou capiteux. La liqueur eſt un grand défaut, parce qu'elle affadit le cœur & trouble l'eſtomac. Les bonnes qualités du vin ſont d'être fermes, & pourtant aiſés, d'avoir du corps, & en même temps de la légéreté, de réunir enfin une couleur brillante, une odeur flatteuſe, & une ſaveur délicate. Par deſſus toutes les différentes ſortes de vins, celui de Bourgogne eſt comme le bon eſprit, dont l'impreſſion eſt moins vive, mais on ne s'en laſſe point; le vin de Champagne reſſemble au bel-eſprit, qui brille & qui réjouit davantage, mais qui n'eſt pas toujours de ſervice.

Après les vins de toutes eſpèces, nous avons pour boiſſon la bière & le cidre, la bière double, la ſimple, la petite bière. L'uſage de la bière eſt de tous les temps & de tous

les pays où il n'y a point de vignes : le cidre paſſe pour n'être pas d'une invention fort ancienne, ce n'eſt que depuis trois cens ans qu'il eſt devenu commun en Angleterre & en Normandie ; l'uſage de cette liqueur eſt fort agréable. Nous avons encore pluſieurs boiſſons, comme le vin de genièvre en France ; dans les pays étrangers, ceux à qui la nature ou les lois refuſent l'uſage du vin, ont pluſieurs ſortes de boiſſons ; les Indiens en tirent du Palmier, les Turcs d'une certaine pâte qu'ils délayent dans de l'eau ; les Américains font diſſoudre dans de l'eau leur pâte de Cacao ; les Lithuaniens, les Polonois & les Moſcovites, qui ont beaucoup de miel, en font une liqueur fort agréable, c'eſt ce qu'on appelle l'hydromel. Les Anglois tirent des boiſſons de la framboiſe, de la groſeille, de la fraiſe & de bien d'autres fruits ; mais leur liqueur favorite eſt le punch, fait avec une partie de rack, liqueur du pays, de l'eau-de-vie, de l'eau commune, du ſucre, de la cannelle, girofle battu, du pain rôti, ſouvent des jaunes d'œufs & du lait, pour épaiſſir le tout. Nous leur pourrions faire un procès ſur le mêlange de leurs boiſſons, mais ils nous rendroient la pareille, ſur la diverſité de nos ragoûts de langues de bœuf, veau & mouton, de Zurich & de Dieppe, de Saint-Germain, de Troyes, de Roanne, langues de cochon, de Blois, Châlons-ſur-Seine, fromages de cochon, langues à l'écarlate, grouins fumés, bajoues, hures de

ſangliers de-Strasbourg & autres lieux, le boucanné, le prince de Flandre & de Hollande, le bœuf fumé d'Hambourg & de Hongrie, les ſauciſſons, ſauciſſes & mortadelles de Paris, Gênes & Boulogne, le veau moucheté, &c.

Nous avons dans l'hiver à peu près les mêmes légumes qu'en Automne, & par le moyen des caves, des ſerres & du fumier, on a trouvé le ſecret d'affronter la gelée & les mauvais temps de la ſaiſon, en tirant de la terre les légumes utiles & néceſſaires pour les conſerver, ainſi que les fruits qui ſe peuvent manger dans ce mois, comme les poires de bon chrétien, de virgouleuſe, le colmar, le martin ſec, la royale, la béſi, l'orange d'hiver, le ſatin vert, le gros muſcat, le râteau gris, le franc-réal, le catillac, la poire de livres, la poire d'amour & autres. En pommes, le rambour, le calville blanc & rouge, la reinette, l'apis & la fenouillette.

## *Des Fleurs.*

Outre les fleurs artificielles, nous en avons encore quantité de naturelles, comme les anémones ſimples de toutes couleurs, les ciclamens d'Hiver, les jacinthes, les narciſſes du levant, les primevères. Au défaut de ces fleurs, les feuilles d'orangers & de laurier roſe, les immortelles & autres. En fruits à ſervir & à manger, nous avons les oranges douces & grenades, les bigarades, celles de Paris, de Portugal ou de Provence, les pon-

cires, les citrons, limes, cédras, bergamottes chinoises & autres.

Dans ce mois & dans Février, l'on confit tous les fruits ci-dessus.

---

## FÉVRIER,

### *Second Mois de l'Hiver.*

FÉVRIER, deuxième mois de l'année, est compris dans la saison de l'Hiver. Pendant ce mois, nous avons toutes les mêmes choses en vins, viandes, volailles, gibiers, poissons de toutes espèces, légumes que l'on a conservés dans les caves & serres, & ce qu'on peut obtenir de la terre par le secours des couches & réchauffemens; c'est-à-dire, les petites salades, la jeune oseille, les raves, les asperges de couche, la chicorée amère & autres, que l'habileté du Jardinier a su nous faire produire.

A l'égard des fruits, ce sont les mêmes que le mois précédent, dont partie mène jusqu'aux nouveautés du Printemps. Les fleurs sont les anémones à pluche, hâtives, les iris de Perse, le crocus ou fleur de safran, les hépatiques simples, les giroflées simples jaunes, & la perce-neige.

L'Auteur de la Nature a mêlé une sage économie à une profusion sans bornes; il ménage les différentes espèces de fruits & de légumes; de manière que nos tables en puissent être couvertes

vertes dans toutes les saisons de l'année ; il les fait succéder sans interruption comme sans confusion les unes aux autres ; il ne prodigue pas ses biens tout à la fois jusqu'à nous accabler par la foule, mais il les assaisonne en leur donnant à tous successivement le mérite de la nouveauté. Il commence par la délicatesse des fruits rouges, il continue ensuite de mois en mois, ou plutôt de semaine en semaine, à nous en donner de nouveaux, de toute qualité & de toute couleur, qui ne sont pas de garde, parce qu'il les remplace bientôt par d'autres; c'est ce que nous verrons dans le mois suivant.

Il réserve pour la triste saison, les productions d'une consistance ferme; & lors même que la terre engourdie par le froid ne produit plus rien, les serres où l'on garde les fruits, continuent à donner de temps à autre à certaines espèces, la maturité qui leur avoit été refusée sur l'arbre. Cette précaution bienfaisante procure dans l'Hiver même, une récolte qui lui est propre, & des fruits inconnus à toute autre saison.

L'année devient ainsi un cercle perpétuel de fleurs & de fruits ; une partie de ce cercle est souvent dégarnie de fleurs, mais les fruits n'y laissent aucun vide ; il en est de même des légumes.

On a dans ce mois, le petit salé de cochon, de sanglier, les cervelats de toute espèce, les cuisses d'oie, les combiens de jambons au saindoux venant du Béarn.

On trouve toujours du lard chez les Charcuitiers, du vieux & du nouveau : cependant le meilleur pour l'uſage eſt celui qui eſt fait dans l'hiver.

Chez l'Épicier, on trouve les choſes qui ont rapport à la Cuiſine & à l'Office, comme ce qui ſuit. Le poivre blanc battu, le concaſſé, la mignonnette, le poivre long, le girofle, la muſcade, le macis, le gingembre, les piſtaches, les amandes douces & amères, le raiſin de Corinthe, la coriandre, le genièvre & l'anis, le ſafran en poudre & en feuille, la cannelle, le citron vert & confit, la bigarade d'Eſpagne & autres ; l'orange, la grenade, le pignon, l'anchois, les câpres, les cornichons (ceux de Flandre ou d'Hollande ſont les meilleurs), les olives d'Eſpagne, picholines, gros moule & autres ; celles de Provence qui ſont reconnoiſſables à leur petiteſſe & à leur figure anguleuſe & inégale, ont une fineſſe qui leur fait donner par-tout la préférence. Sucre de toute eſpèce, & caſſonnade, des huiles & des jambons de toute ſorte. Les meilleures huiles ſont celles de Graſſe & d'Oneil pour la douceur, enſuite celles d'Aramont, d'Aix & de Nue : les autres viennent de Naples, de la Morée, de Candie & des îles de l'Archipel.

Chez le vinaigrier, vous trouvez de la moutarde groſſe & fine, vinaigre double, blanc & rouge, à l'eſtragon, ſurat, & quantité d'autres, avec différentes odeurs, ainſi que le verjus.

Nous avons encore dans ce mois nombre de proviſions d'un grand uſage, comme, le thon mariné, les anchois nouveaux, les ſardines, les ſoles à l'huile, l'anguille marinée, &c.

C'eſt dans ce mois que l'on doit manger les vieilles poules & garder les jeunes pour la production des œufs pendant l'année.

On a en légumes, dans le commencement de ce mois & ſur la fin, les épinards nouveaux, l'oſeille, les petites raves, la laitue nouvelle, les aſperges de couches, ſalſifix & ſcorſonères, les chirouis, & les betteraves.

On employe dans ce mois les petites proviſions que l'on a faites l'Automne, comme, les artichaux, les haricots verts, les herbes confites, la paſſe-pierre, la criſtemarine, les petits melons, le blé de Turquie, l'achia, racine des Indes au vinaigre, les capucines, les Truffes ſèches, & à l'huile, les mouſſetons ſecs & les morilles.

On a toujours les gros légumes de même que dans le mois précédent, qui ont été conſervés dans la caye & ſur terre avec le fumier.

Nous avons encore quantité de graines, dont nous pouvons faire uſage dans ce mois & toute l'année, comme le riz du Levant, ainſi que la farine de riz, la ſemouille, le millet mondé, l'orge-mondé, le vermicel pâte, le macaroni pâte, & pluſieurs autres pâtes de Gènes, les pois verts, ſecs, les pois chiches, les lentilles ordinaires & à la reine, celles de Bourgogne, les groſſes féves

fèches, les féveroles, les haricots blancs, &c.

Nous avons auſſi les confitures liquides de toute eſpèce, qu'on peut employer ainſi que les conſerves & fruits à l'eau-de-vie, & fruits ſecs, comme pruneaux de toute eſpèce, pommes tapées, poires de rouſſelet ſèches, amandes, avelines, raiſins ſecs, figues, &c.

Pluſieurs ſortes de fromages, comme le Rocquefort, déjà avancé, le Brie, le Saſſenage, le Gruyère-Suiſſe, le Vachelin, le Hollande, le Parmeſan, l'Angleterre, le Roche, le Liſieux, le Livarot, l'Angelot, le Marolles & quantité d'autres.

Quant aux vins, ce ſont les mêmes que le mois précédent, ainſi que les liqueurs de toute eſpèce, dont les vieilles ſont toujours les meilleures.

Les fruits ſont lés mêmes que le mois précédent, quand il s'y en trouve encore.

Les fleurs ſont, les iris bulbeuſes, les anémones de toutes ſortes, le ciclament printanier, les hépatiques de toutes ſortes, les narciſſes de pluſieurs eſpèces, les frétillaires, les baſſinets, le crocus printanier, les jacinthes de toute ſorte, les jonquilles, les tulipes hâtives, les primevères ſimples de toutes couleurs, les oreilles d'ours hâtives, le commencement des violettes & quelques autres.

Les traſſebons d'Eſpagne, eſpèce de jonquille, le meſeron d'Allemagne, &c.

Outre toutes les ſortes de confitures qui dépendent de la ſaiſon de chaque choſe, il

y a divers ouvrages de ſucre ; tels ſont diverſes manières d'amandes, piſtaches, de biſcuits, de maſſepains, de meringues, de paſtilles, comme auſſi le caramel, les ſultanes, la mouſſeline, le candi, & quantité d'autres ouvrages de ſucre que l'on invente tous les jours.

On doit prendre garde & veiller à la conſervation des confitures liquides.

---

## MARS,

*Troiſième mois de l'Année. Fin de l'Hiver. Commencement du Printemps.*

LE mois de Mars, faiſant ſur la fin, partie du printemps, va faire renaître à nos yeux toute la nature, en nous offrant tous les prémices de ſes productions. Cette partie de l'Année eſt la plus ingrate en volaille & gibier, quoique l'on en trouve encore dans ce mois de toutes les eſpèces, ainſi que dans le précédent ; mais ils diffèrent beaucoup en qualité.

L'agrément de la ſaiſon nous fait tout eſpérer, & répare ce qui nous manque de ce côté-là. Comme dans cette ſaiſon la nature va ſe mettre en mouvement dans toutes ſes facultés génératives, & va faire fermenter tout, la viande en général n'eſt qu'imparfaite, hors le bœuf, dont la qualité ne diminue point.

### *Propriétés du Veau.*

Nous avons cependant le veau de lait, lequel étant jeune & bien cuit, eſt d'un ſuc aſſez tempéré, eſt nourriſſant & rafraîchiſſant, tient le ventre libre, eſt propre à la tête & aux poumons, & adoucit les âcretés de la poitrine & de la gorge.

On a auſſi dans ce mois des moutons engraiſſés aux environs de Paris, de Beauvais, de Flandre, de Champagne & quelques autres : des agneaux de lait & autres nourris dans les tonneaux.

Nous avons en volaille, avec celle des mois précédens, le petit poulet de grain, le poulet aux œufs, le poulet à la reine, venant des environs de Paris & préparés par les Rôtiſſeurs; le pigeon de volière innocent, de Paris & des environs; il faut qu'il ſoit mangé en ſortant de deſſous la mère pour être bon, ainſi que le pigeon aux ailes; toute autre eſpèce ſe peut attendre quand il ne fait pas chaud, & ſuivant ce qu'il a mangé.

En gibier, nous n'avons dans ce mois que les levreaux de la ville ou des champs, les lapreaux de même, avec les vieux gibiers des mois précédens, ce qui eſt d'un aſſez mauvais manger.

Le poiſſon de mer eſt le même que le mois précédent, & tous les gros poiſſons comme en hiver; c'eſt-à-dire, l'eſturgeon, le turbot, quelques gros maquereaux de fond,

mais ſans goût ; le ſaumon, les nouveaux eſturgeons, l'aloſe de Nantes & de Seine ſur la fin ; la truite de mer, le bar ſur la fin, vers Pâques ; le mulet, le ſurmulet, la raie, le ſaumon ſalé & fumé d'Hollande, la morue, le cabilleau ; ſur la fin du mois, les harengs de Boulogne, de Dieppe & d'Hollande, les harengs ſores, les ſtocfiches ou merluches, les eſcargots ; ſur la fin de ce mois & en Avril, le poiſſon d'eau douce commence à frayer ; mais cependant on a toujours perches, carpes, brochets, lottes, tanches, écreviſſes & tortues.

Les fruits comme le mois précédent, en vert & en ſec.

## *Des Fleurs.*

Les fleurs, comme le mois précédent, la violette, les jacintes de toutes eſpèces, la jonquille, les narciſſes blancs & jaunes, & à calice orangé : Mars & Avril ſont les deux premiers mois de l'année où on commence à ſervir de la nouveauté par les violettes, qui ſont les premières fleurs d'une odeur agréable : on en fait des marmelades, de la conſerve, des pâtes, du ſirop violat.

# AVRIL,

*Quatrième mois de l'année, eſt le milieu du Printemps.*

ON trouve dans ce mois toutes les mêmes choſes que le mois précédent, en pain, vin & viande, mais avec plus de qualité & d'abondance ; l'agneau devient plus commun & meilleur, les pigeons de même, & les tourtereaux commencent : on a encore les ortolans nourris, & fort peu de gibier.

Le vin eſt le même que le mois précédent ; les liqueurs comme en hiver ; le poiſſon de mer comme en Mars ; le poiſſon d'eau douce de même, quoique dans le fray.

Nous avons en fait de légumes, les gros légumes à l'ordinaire, comme carottes, panais, navets des environs de Paris, de Bourgogne, de Freneuſes ; les oignons gardés, les aſperges de terre, les morilles & mouſſerons, la ciboule & le perſil à l'ordinaire, l'oſeille, les épinards nouveaux, des laitues, des champignons en abondance, des mâches, des laitues de creſpe, blondes & à coquille, la betterave, les cardes-poirées, les fleurs de violette, de bourache, la capucine pour la ſalade, la fleur de ſouci, le cerfeuil muſqué, le baume, l'eſtragon, les cives d'Angleterre, l'anis, la corne de cerf, la pimprenelle, le fenouil, la roquette, la trippe-madame, le creſſon alénois & de fontaine,

le petit pourpier & quantité d'autres petites ſalades & fournitures.

En fruits, nous avons encore du bon chrétien, des pommes de reinette, de lapis, & quelques autres poires communes à compote; ſur la fin de ce mois commencent les fruits rouges précoces.

### *Des Fleurs.*

Comme celles du mois précédent, c'eſt-à-dire, les anémones de toute ſorte, le chevrefeuille, les frétilaires de toute eſpèce, la jacinthe étoilée d'Allemagne, la jacinthe d'Angleterre, l'iris de Florence, les narciſſes à bouquets de toute ſorte, les narciſſes blancs à calice orangé, les penſées, les renoncules de Tripoli, la violette.

---

## MAI,

*Cinquième mois de l'année, faiſant partie du Printemps.*

NOUS avons dans ce mois les mêmes nourritures & la même boiſſon que dans le mois d'Avril, & en partie le même poiſſon d'eau douce & de mer, à l'exception du maquereau qui donne un peu plus abondamment. Nous allons avoir de plus en plus quantité de légumes & de graines à l'uſage de la vie. Le commencement des aſperges de terre, les mouſſerons, les morilles, les ar-

tichaux violets & autres, les petits pois hâtifs. Il y a plusieurs espèces de petits pois; savoir, les chauds ou hâtifs, les verts, les nains, les gros blancs, les carrés ou à la grosse cosse, les gourmands, les verts grossets, les petits, ceux à cul noir, ceux à couronne, les pois sans parchemin, les chiches, les pois de tous les mois, les gris & les lupins. On peut en avoir pendant les mois de Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre & Octobre. Les bons ne sont pas les premiers.

En fruits, toujours les fraises framboisées, les groseilles vertes & rouges, les amandes & abricots verts.

*Des Fleurs.*

Les Fleurs sont la joie de la nature dans le Printemps, & sont les étoiles de la terre, comme les étoiles sont les fleurs du ciel. C'est sur les fleurs que les abeilles vont ramasser le miel & la cire dont elles forment leurs ravons, qui sont toujours parfaitement hexagones. Le miel est pour le soulagement des malades, & la cire est pour le service des Autels & de la table; il n'y a point dans le monde d'insecte qui travaille si utilement & pour une si belle destination, leur économie est admirable.

En fleurs, nous avons dans ce mois l'anadophilon, la blétaire de toutes couleurs, l'alétha palustris double, la fraxinelle, les géraniums de toute sorte, les jacinthes à panache, les lis orangés hâtifs, les millefeuilles à

fleur jaune, le muguet de bois ou lis de vallée, les penſées, le phalangon des Alpes, la ſauge, le ſiſimbrium double, la valérienne de toute ſorte, le chamœlis de toute couleur, les ciclamens printaniers, la giroflée ſimple & double de toute eſpèce, la jacinthe grapue, dite grapelle, la jonquille double, les marguérites, les narciſſes jaunes & blanches, ſimples & doubles, la primevère, les tulipes, l'anémone de Mathiole, les cotyledons de toute eſpèce, les gladioles, l'orminum de Crète, l'iris hâtif, l'œillet de montagne, les renoncules de toute eſpèce, les ſeringas, la véronique, la couronne impériale, l'hépatique double en fleur, le muſcaris, les oreilles d'ours, la violette de Mars double, les ancholis, les tulipes tardives, la roſe à cent feuilles, les pivoines de toute eſpèce, les œillets de poëte, le moli à fleur jaune, les lis aſphodèles jaunes, la digitale & quelques autres.

Dans ce mois, on a d'abord la groſeille verte dont on fait des compotes & eaux liquides en façon de verjus, les abricots verts, les amandes vertes, des ceriſes & des fraiſes.

# JUIN,

*Sixième mois de l'année, faisant la première partie de l'aimable saison de l'Été.*

CETTE saison nous offre toutes les productions de la nature, dont une partie vont être à leur maturité, & va nous faire entrer en pleine jouissance de ce qu'il y a de plus délicieux, en nous annonçant l'abondance pour les deux saisons qui la suivent.

C'est dans l'Été que la nature commence à déployer toutes ses richesses, & qu'elle perfectionne les productions qu'elle nous a préparées par le Printemps. Aussi dans tout le reste de l'année nous allons voir la profusion réunie à la variété.

Nous avons en Viande de boucherie, le bœuf, le veau de lait généralement bon à six semaines, l'agneau de lait nourri dans les prairies ou dans les tonneaux avec de l'avoine, le mouton moins commun, cependant bon; mais ceux des bons cantons ne peuvent se transporter dans cette saison.

*En Volailles:*

Les poulardes nouvelles, poulets de grain, aux œufs, à la Reine, les dindonneaux engraissés, les cannetons de Rouen, les petits oisons & les cannetons bons pour entrées, les pigeons de toute espèce.

*En Gibier:*

Quelques lapreaux de garenne (que l'on connoît quand le poil qu'ils ont ſous la patte & ſous la queue eſt roux) & beaucoup de Tonne-en-cour, cependant on en mange plus de ceux-là que des premiers; les levreaux de Janvier, les tourtereaux, les cailles & les ortolans nourris, le reſte du gibier ne vaut pas grand'choſe.

*En Poiſſon:*

Il y en a peu de bonne qualité, excepté la morue de Terre-Neuve, la carpe de Séine, de Loire & d'Aîne, la truite de mer & de rivière, la perche, le maquereau abondant, le cabilleau, les homars, les crabes, la grenade ſalicoque, l'éguille, petit poiſſon qui a la chair du maquereau, le turbotin, la barbue, la raie, la ſole, la plie & quelques autres que l'on ne voit point à Paris, faute de pouvoir être tranſportés, l'écreviſſe eſt abondante quoique dans ſon fray.

Les vins & liqueurs, comme au Printemps.

Les légumes de toute eſpèce commencent à paroître dans ce mois avec abondance, comme artichaux, pois & petites féves de marais, ſur la fin les haricots verts, les aſperges à foiſon & toute ſorte de ſalades, laitues romaines & autres; les gros légumes comme dans le mois précédent, à l'exception des oignons nouveaux, & des racines nouvelles.

Les fruits ſont, les ceriſes, fraiſes, framboiſes, guignes, bigarreaux, grignottes; on commence d'en confire pour le ſec & eaux liquides; on fait des ſirops & des eaux de tous ces fruits: on confit auſſi la fleur d'orange, on en tire au ſec, des conſerves, des pâtes & marmelades.

*En Fleurs:*

Sont l'antirrhion de toute couleur, les ſiames de toute couleur, les giroflées de toute eſpèce, le hiérachium de toutes les eſpèces; l'iris maritime, le lichmi *aleinæ folio*, le *naſturtium* d'Inde ou capucine, l'ornitogalum à épics, le pied d'alouette hâtif, la ſauge à fleur blanche; la véronique grande & petite eſpèce, la fleur d'orange.

---

## JUILLET,

*Septième mois de l'année, faiſant partie de l'agréable ſaiſon de l'Été.*

Nous aurons dans ce mois la même viande de boucherie, & la volaille en plus grande abondance; le gibier commence à devenir plus commun.

La perdrix rouge & griſe commence à la fin du mois; les faiſandeaux, cailleteaux, levreaux, lapreaux de garenne, les rameteaux, tourtereaux, le pigeon de toutes les eſpèces en abondance.

Les légumes de toute eſpèce, pois, artichaux, petites féves, haricots verts, concombres & melons.

Le poiſſon, le même que le mois précédent.

Les vins & les liqueurs, de même.

### *En Fruits:*

Toujours les petits fruits rouges, les amandes, abricots verts, le commencement des cerneaux, le commencement des poires, telles que la cuiſſe-madame, le gros blanquet, le muſcat-robert, l'ambrée, la ſans-peau, la blanquette à longue queue, le bourdon muſqué; à la fin du mois, la poire d'épargne, la magdelaine hâtive, poire du bouchet, & le muſcat ou ſept en gueule, la portugale, la poire de parfum d'Eté.

Il paroît dans ce mois quelquefois quelques prunes hâtives, mais ſans qualité; la petite avant-pêche blanche au commencement du mois, & quelques abricots nouveaux.

### *Des Fleurs.*

En fleurs, nous avons dans ce mois l'ambrette ou la fleur du Grand-Seigneur, la campanelle, le ciclament de Vérone, la faléole d'Inde Nacarat, la giroflée, le laurier roſe, la calcédoine, la mille-feuille, la penſée, la roſe-muſcade, le tharaſpic de Candie, la largemone, la digitale de toute eſpèce, le géraniom de toute eſpèce, l'iris d'Angleterre, le martagon, les œillets de toute

ſortes, la piloſelle grande, les ſatyrions de pluſieurs eſpèces, la viola, l'acanthe, la glemaria, la gantelée, le grenadier à fleur double, le limonium, la prunelle, la roſe d'Hongrie, la véronique grande & petite, l'iris bulbeux, la mille-feuille à fleur jaune, les orangers, le baſilic, la jacinthe, la tubereuſe des Indes, le pied d'alouette, le ſouci double, le volubilis à feuilles de mauve, les roſiers & les marguérites, ſe trouvent en fleurs dans ce mois.

C'eſt auſſi dans ce mois qu'on peut commencer ſes proviſions de friandiſes, ou en termes dévots, de douceurs: comme la ceriſe confite, liquide & ſèche & à l'eau-de-vie; la gelée de groſeilles confites entière blanche & rouge, les framboiſes confites entières, la marmelade & la conſerve de fleur d'orange pralinée & autres, le ratafiat de ceriſes, de griottes, de framboiſes, le ratafiat de fleur d'orange, &c.

On fait encore dans ce mois les ſirops & les eaux parfumées de différentes fleurs paſſées à l'alambic.

On confit auſſi les noix blanches, les abricots jaunes en compote, on confit à mi-ſucre à oreille, l'on en fait des marmelades; les poires commencent auſſi dans ce mois; ſur la fin, on commence à avoir des prunes, du raiſin.

# AOUST,

*Huitième mois de l'année, compris dans la saison de l'Été.*

NOUS avons dans ce mois toutes les mêmes choses en pain, vins, viandes & poissons, que dans le mois précédent, & toutes les sortes de légumes dont on peut avoir besoin.

Les fruits commencent à paroître avec plus d'abondance, comme, les abricots d'espalier & de plein vent, les prunes, dont les meilleures sont celles de Monsieur, qui est la même que le damas de Tours, le damas violet & rouge, dont les trois meilleures espèces sont, le vert, le blanc & le mangeron, qui quittent nettement le noyau comme le précédent, & sont de meilleur goût.

La petite mirabelle blanche & la rouge, la prune d'abricot, le perdrigon violet & blanc, la diaprée, la Sainte-Cathérine, la Reine-Claude qui l'emporte sur toutes : La pêche de Troye, l'alberge jaune, la Magdelaine blanche & rouge, la mignonne, la pêche d'Italie, l'alberge rouge, la pêche Cerise, le petit-pavie, la rosane, la chévreuse hâtive, la bellegarde, la violette hâtive, la plus vineuse de toutes, & qui paroît sur la fin d'Août avec le brugnon. La différence de la pêche, du brugnon & du pavie, est que le brugnon a la peau lice, au lieu que la pêche & le pavie

ont la peau velue & couverte d'un petit duvet, le brugnon & le pavie ne quittent pas le noyau.

Les poires qu'on mange dans ce mois, ſont, le gros & petit rouſſelet, la poire robinne, la caſſolette ou friolet, la poire d'orange, la poire de roſe, la cuiſſe-madame, la bergamotte, le bon chrétien d'Été, la mouille-bouche, le beurré rouge, le beurré gris. En Pommes, nous avons dans ce mois la pomme de calville d'Été, le rambour & la reinette griſe & blanche, laquelle ſe mange en tout temps : On a encore dans ce même mois des figues; ce fruit vient bien dans deux ſaiſons, mais les quatre ſortes qui mûriſſent dans ce pays-ci ſont, la blanche ronde, la blanche longue, l'angélique qui a ſon mérite dans l'Automne, & la violette, qui eſt bonne, mais qui n'a pas la qualité des blanches.

A la fin de ce mois, on peut faire les marmelades d'abricots, de pêches & de prunes, & confire tous ces fruits au liquide ou à l'eau-de-vie. On fait auſſi les petites poires de rouſſelet au ſucre, les noix confites & en ratafiat.

C'eſt dans ce mois qu'on fait ordinairement la moiſſon de toute ſorte de grains, qu'on arrache les lins & les chanvres, & qu'on travaille aux préparatifs des vendanges, en diſpoſant les vaiſſeaux propres à mettre le vin.

On travaille beaucoup plus dans ce mois ſur ces derniers fruits, à cauſe qu'ils ſe renouvellent par d'autres eſpèces plus propres à

confire, comme toutes les sortes de prunes & poires, pêches, brugnon, pavie sur la fin, les figues au liquide ou au sec, on confit les mûres, & on en fait le sirop.

Les pommes pour la gelée & les pâtes.

---

## SEPTEMBRE,

*Neuvième mois de l'Année, faisant encore partie de l'Été, & du commencement de l'Automne, saison de la bonne chère, & qui nous fournit abondamment tout ce qu'on peut désirer pour la subsistance & les délices.*

NOUS avons dans ce mois, en viande de boucherie, toujours le bœuf d'herbes venant de Normandie, jusqu'au commencement de l'Hiver, que viennent les bœufs du Limousin & d'Auvergne, nourris de gros navets ou raves; la qualité n'en est pas mauvaise, mais le bœuf d'herbes est toujours meilleur.

Nous aurons dans le courant de l'Automne & de l'Hiver, les moutons engraissés dans les environs de Paris, & les moutons de Champagne, des Ardennes, de Beauvais, de Cabour, de Dieppe ou Pré-salé, Cotentin de Gange, quand il peut se transporter, de Grèves du côté d'Avranches.

La qualité d'un bon mouton que l'on veut manger, est qu'il ait deux ou trois ans, la

graiſſe blanche, la chair courte & noire, entrelacée de fibres de graiſſe, la côte fine & le nerf petit.

Le veau de lait des environs de Paris, de Rouen, de Pontoiſe, de Flandre, de Caen, de Montargis.

Le cochon, bon de tout pays; l'âge & la nourriture décident de la qualité & du goût; le meilleur pour le petit ſalé & pour rôtir, eſt celui de ſix mois, nourri quelque temps à diſcrétion avec de l'avoine.

*En Volaille:*

Nous allons avoir dans ce mois & dans les ſuivans, la poularde de Normandie, celles du Mans, de Mézeray & d'Anjou, ſupérieures; celles de Lille, de Bruges, les chapons du Mans, de Blanzac, de Breſſe & de Bruges pour la groſſe eſpèce, & ceux de Barbézieux; les poulets gras de Normandie, des environs de Paris, & de Paris même; la poule de Caux; le coq vierge de Caux; le poulet aux œufs & à la Reine, de Paris & des environs; le dindon gras & autres de tout pays, le dindon chaponné & poulardé du Poitou, d'Anjou, du Maine, de Laval & du Berry; le pigeon cauchois & ceux de Picardie, les innocens de Paris, les ſoufflés de Paris, le Romain de Paris, la groſſe eſpèce de Rheims; les canards & cannetons de Normandie; les oies & oiſons de Normandie & de Metz.

La bonne Perdrix grise de Bretagne, des Ardennes & du Bas-Maine; le faisan & la perdrix rouge de Basse-Bretagne, celles d'Anjou, du Haut-Maine, du Poitou, du Périgord, du Quercy & autres, les bertavelles du Dauphiné; le coq & les poules de Bruyère; les grianneaux de Franche-Comté & des Ardennes, la perdrix blanche, les gélinottes de bois, de Lorraine, de Franche-Comté, des Ardennes, de Luxembourg & d'Alsace; l'outarde & l'outardeau de Champagne; la becasse, oiseau de passage, excellent pendant la gelée, la neige & les brouillards, bonne de tout pays; la mauviette ou grive des Ardennes, bonne en septembre & octobre: Il s'en trouve quantité dans les pays de vignoble.

L'Alouette, appelée mauviette à Paris, venant de Champagne, bonne par les brouillards & petites gelées, les hupées sont les meilleures; les rouges-gorges de Lorraine, & les grives, les pluviers, qui ne commencent à être bons que quand il gèle, & abondans que quand les rivières sont débordées dans les prairies; les vanneaux, les guignards, de Chartres en Beauce, les oiseaux de rivière; les canards, bons jusqu'au mois de février, le rouge excellent; le tiers, la cercelle, la macreuse & les judelles, bonnes quand il gèle; la becassine de plusieurs espèces; le becot, la rasle de genet, bons dans ce mois; le cocoin, l'ortolan & quantité d'autres petits oiseaux gras de toute

eſpèce, venant de différens endroits, & des environs de Paris, dont partie ne ſont connus que des bons chaſſeurs.

En Venaiſon & Gibier à poil, nous avons dans ce mois & dans les ſuivans, le ſanglier de compagnie, la laye plus délicate, le marcaſſin de l'année, ſupérieur; le faon, le chevreuil, le meilleur eſt celui de montagne; le daim femelle de l'année; le lièvre, les levreaux de demi & de trois quarts des pays ſecs, bons à rôtir; les lapins quand ils ſont de bons cantons.

En poiſſons, pendant ce mois & le reſte de la ſaiſon, même dans l'hiver, nous avons à peu près les mêmes eſpèces qu'au Printemps, avec le renouvellement des huîtres, qui commence ordinairement dans ce mois, que l'on ouvre les parcs; la marée eſt beaucoup meilleure que dans l'Été, elle devient par la ſuite plus commune, parce que les Marchands, lorſqu'il eſt poſſible, envoient au commencement des Avens un plus grand nombre de pêcheurs en mer; par rapport à pluſieurs Communautés Religieuſes qui font maigre, & qu'il eſt néceſſaire de fournir, ce qui procure les jours gras dans cette ſaiſon & dans l'hiver, d'excellent poiſſon & en abondance; parmi les poiſſons de mer, il y en a qui remontent les rivières, tels que les eſturgeons, le ſaumon & l'aloſe. Les poiſſons ordinaires que la marée nous fournit en Automne ſont, les turbots & turbotins, le cailleton, la barbue, la raye petite & groſſe, les carlets, les ſoles,

les vives, le rouget, le barbet, le grelot, la truite de mer, la saumonée, les harengs frais, la sardine fraîche, les harengs sores, les merlans, la morue fraîche & salée; le lamdorium, espèce de morue venant toute salée de Hollande, les éperlans, l'aiguille, poisson long comme une aiguille, avec un bec, dont la chair est comme celle du maquereau, mais plus fine, l'arrête verte; les crabes, les homars, les moules & quantité d'autres poissons; les huîtres blanches de Dieppe, de Marenne, d'Angleterre, de Glocester, grandes & petites.

Les légumes qu'on trouve dans ce mois sont les mêmes que dans l'Eté; nous avons une bonne partie de cette saison & dans l'hiver, les cardons de Tours & d'Espagne, les choux-fleurs, les artichaux, les truffes de Bourgogne, de Périgord, d'Angoulème, de Quercy, de Bordeaux, de Montauban & autres lieux: On commence à manger dans cette saison, dans leur perfection, les fromages de Brie, de Meaux & de Coulommier, les angelots, les fromages suisses, Vachelin & Gruyère, Rocquefort, Sassenage, de Roche, d'Auvergne, d'Hollande persillé, d'Angleterre, de Marolles, de Normandie, le Dauphin & autres qu'on tire de Bourgogne & de Champagne, non les mêmes qui sont marqués ci-devant.

## En Fruits.

Nous avons les pêches, qui se mangent dans ce mois, la volant, la chévreuse, la pavie rosane, la persique, la violette hâtive, la bellegarde, le brugnon, la pêche pourprée, l'admirable.

### *En Poires :*

La bergamotte commune, le beurré gris, les poires de pendard, de cheneaux, le doyenné, l'Angleterre, la poire de parfum, la poire tulipe, la morfontaine.

### *En Pommes :*

Nous avons la reinette, calville rouge & blanc, la fenouillette & quantité d'autres de moindre qualité.

On a quelquefois à la fin de ce mois, en raisins, le chasselas, le cioutat, les corynthes tant blancs que violets, les muscats des trois espèces, le blanc, le violet & le rouge; c'est cependant en Octobre que ces raisins sont communément dans leur perfection.

## Fleurs.

Les Fleurs qui paroissent dans ce mois sont, l'amaranthe, le tricolore, l'amomon de Pline, le basilic, la canne d'Inde, les colchiques automnaux, l'eupatorion du Canada, la gantelée bleue & blanche, l'oculus Christi, le ciclament de Vérone, le laurier rose, le jasmin d'Espagne, le mirthe de toute sorte,

te, les orangers, le pied d'alouette de toute couleur, la roſe muſcade, le ſouci doublé, la véronique, la campanelle, la fleur du ſoleil, le grenadier double, le jaſmin jaune, la merveille du Pérou, le paſſe-velours, la plante de la paſſion, la roſe d'outre-mer, la ſtatice, la mille-feuille, la gentianelle annullée, la carline blanche & noire, le volubilis de toutes les eſpèces, le giroflier, la marguérite, les œillets & la véronique ſe trouvent encore en fleur dans ce mois.

Il eſt à propos de faire en cette ſaiſon les proviſions en ratafiats, confitures ſèches & liquides & autres; le ratafiat de coing, les pêches confites & à l'eau-de-vie, la gelée de pommes, le réſiné & quantité d'autres petites proviſions en ſucrerie. On confit au vinaigre les gros pavies, les blés de Turquie, les cornichons, les petits melons, les haricots verts, les artichaux & autres fruits de la ſaiſon.

On confit auſſi le gros verjus, ainſi que le muſcat & l'épine vinette.

# OCTOBRE,

*Dixième mois de l'année, commencement de l'Automne.*

NOUS avons dans ce mois toutes les mêmes choſes que dans le mois précédent pour la ſubſiſtance, tant en viande de boucherie que volaille, gibier, groſſe venaiſon, poiſſons de mer & d'eau douce, vins de toutes les eſpèces, légumes en abondance de toute ſorte, telles qu'elles ſont décrites dans ce Calendrier.

C'eſt dans ce mois que ſe cueille le raiſin de toute eſpèce ; ſavoir, le chaſſelas blanc & noir, le muſcat blanc, noir & rouge, le violet, le malvoiſie, le corynthe rouge & violet, le damas, le riveſalte, le raiſin d'abricot, le ſauvignon, le bar-ſur-aube.

On en conſerve quelquefois juſqu'à Pâques, quand il n'eſt pas cueilli trop mûr.

Les différentes ſortes de poires qui ſe mangent dans ce mois, ſont, la mouille-bouche d'Automne, la poire marquiſe, le muſcat fleuri, la bézi la mothe, la ſucrée verte, la lauſac, la rouſſeline, l'ambrette de bourgueil, la poire de chat.

Nous avons la même pomme que ci-devant.

## *Des Fleurs.*

Les différentes ſortes de fleurs qui paroiſſent dans ce mois, ſont en partie celles du

mois précédent, avec l'amaranthe, le tricolore, l'antirrinon, la canne des Indes, la fleur du Soleil, la renoncule de Portugal, le ſouci double, la pomme dorée & quantité d'autres.

On a dans ce mois & dans les ſuivans d'autres eſpèces de poires & de pommes pour tous les uſages de l'Office; on fait les pâtes de coings, la gelée, les cotignats & les marmelades.

---

## NOVEMBRE,

*Onzième mois de l'année, faiſant partie de l'Automne.*

ON a toujours les mêmes alimens de toute eſpèce que ci-devant au commencement de l'Automne.

*En Fruits:*

Nous avons la poire de virgouleuſe, qui ſe mange pendant trois mois, Novembre, Décembre & Janvier, le chaſſery de même, l'ambrette, la poire d'épine, le ſaint-germain, le colmar, la crézane, la louiſe-bonne, le martin ſec, qui va juſqu'au mois de Mars, la poire de Londres, la madote, la paſtourelle, le bon chrétien d'Eſpagne, la poire de jaſmin, la rouſſelette d'Anjou, la poire de citron, la poire d'or, la poire ſans nom, les mêmes pommes que ci-devant, dont partie vont juſqu'à Pâques.

### *Des Fleurs.*

Les fleurs dans ce mois ſont les mêmes que dans le précédent, avec les marguérites, l'antïrrinon, la véronique, la roſe muſcade.

Comme la nature ceſſe de produire dans ce mois & les ſuivans, on a recours aux proviſions qu'on aura faites, aux marrons, oranges, citrons, & aux oranges de la Chine.

---

## DÉCEMBRE,

*Douzième & dernier mois de l'année.*

L'HIVER, qui comprend les mois de Décembre, Janvier & Février, nous fait jouir des proviſions de l'Automne. Il ſemble que la Nature ait voulu nous dédommager de la rigueur du froid & des injures de la ſaiſon, par l'abondance de tout ce qui eſt néceſſaire à la vie, en pain, vin, viande, volaille, gibier, légumes & fruits de toute eſpèce.

Outre les proviſions que l'on aura faites, on a encore, par la commodité du tranſport, des pâtés de perdrix rouges, aux truffes, de Périgord, de canards d'Amiens, d'alouettes & autres; des jambons de toute eſpèce.

Nous avons quantité de fruits ſecs, tels que ſont les prunes de Tours, les ceriſes de Montmorency, les rouſſelets de Rheims, & quantité d'autres, qui ſont ſéchés, ſans miel ni ſucre, ni aucun jus; il eſt étonnant

que quantité de ces fruits, qui ſont d'un goût admirable, & qui détachés n'avoient que quelques jours de vie, acquièrent, avec la petite façon ſimple qu'on leur donne, une conſiſtance qui les rend propres à être tranſportés d'une Province à l'autre, qu'ils traverſent les mers, qu'on les préſente devant les Rois; ils vont faire connoître juſqu'au bout du monde l'excellence de la terre qui les a produits.

Nous avons encore dans ce mois & dans cette ſaiſon, les marrons, les châtaignes & les noix ſèches.

## *Des Fleurs.*

Les fleurs qui tiennent dans ce mois, ſont, les anémones de toute couleur & pluchées; les ſoucis doubles, la roſe muſcade, les œillets, la violette double, le ciclamen de Perſe hivernal, les anemones ſimples de toute couleur, la ſtatice, la penſée, la gantelée, l'ellébore noir hâtif, la véronique qui fleurit alors. Il paroît encore quantité d'autres fleurs, par l'attention, l'habileté & les ſoins des Jardiniers fleuriſtes.

*QUALITÉS & propriétés des Viandes, Volailles, Gibier, Poisson, & Légumes, & généralement de tout ce qui entre dans la composition des Alimens.*

## DU SEL.

IL y en a de plusieurs espèces, dont les usages sont différens. Le sel commun est le seul qu'on employe dans les alimens; le gris est préférable à celui qui est blanc, parce qu'il est plus piquant. Il réveille l'appétit & aide à la digestion; il préserve les viandes de la corruption; cependant il faut l'employer avec beaucoup de prudence. L'excès en est très-nuisible à la santé.

## DES ÉPICES.

On comprend ordinairement sous le nom d'épices plusieurs aromates qui nous viennent de l'Orient.

Le poivre excite l'appétit, chasse les vents, fortifie l'estomac, & appaise la colique. Il y en a de deux sortes, le noir & le blanc. Ce dernier est préférable, parce qu'il est moins âcre, moins piquant & moins pesant que le premier, & que, par conséquent, il convient mieux à l'estomac. Comme ils échauffent beaucoup, il faut en user modérément. L'excès du poivre est nuisible aux tempéramens sanguins & bilieux.

Le girofle, auquel ſa figure a fait auſſi donner le nom de clou de girofle, croît ſur un arbre des Indes. Il fortifie l'eſtomac. On en fait uſage dans l'apoplexie, la paralyſie, &c. Celui dont l'odeur & la ſaveur ſont plus piquantes eſt le meilleur.

La cannelle eſt la ſeconde écorce d'un arbriſſeau qui croît dans les Indes orientales. On préfère celle qui nous vient de l'île de Ceylan; la plus mince & la plus haute en couleur eſt la meilleure. On la connoît en la mâchant, parce qu'elle excite une ſalive gluante. Elle eſt propre aux maux de tête, à ranimer le ſang, à fortifier l'eſtomac, & à chaſſer les vents.

La muſcade eſt une eſpèce de noyau ou d'amande couverte de deux enveloppes; la ſeconde a les mêmes propriétés que la noix muſcade. Ce fruit eſt cordial, ſtomachique, bon pour le cours de ventre, les vents, & propre aux maux de tête. Celui qui eſt récent, gras, peſant, d'une couleur griſâtre en dehors, rouſsâtre & marbrée en dedans, eſt meilleur que celui qui eſt noir & ſec.

Le gingembre eſt une racine de couleur rougeâtre en-dehors, & blanche en dedans. Cette racine eſt apéritive, bonne contre les vents, la colique & aide à la digeſtion.

La coriandre eſt une plante aſſez commune. Sa graine ou ſa ſemence, dont on fait uſage, doit être blanchâtre, ſèche, quoique récente & d'un goût fort & agréable. Elle eſt chaude, un peu purgative, & fortifie l'eſtomac. Elle

a à peu près les mêmes vertus que l'anis, & assez souvent l'on substitue l'une à l'autre.

Les épices s'employent dans les alimens; mais comme elles sont généralement toutes très-échauffantes, on doit ne les employer qu'avec beaucoup de modération.

# DES VIANDES.

## Du Bœuf.

Le Bœuf le plus estimé est celui qui vient de Normandie, du Cotentin & de l'Auvergne. Sa chair est très-nourrissante & fournit un aliment solide à ceux qui font beaucoup d'exercice. Les autres en doivent user modérément, parce qu'elle est un peu difficile à digérer, & produit un sang épais.

## Du Veau.

Le Veau de six semaines ou de deux mois est le plus estimé. Plus petit, il n'a ni goût ni saveur; plus gros, il n'est pas si délicat. Le meilleur nous vient de Pontoise, de Rouen, de Caen, de Montargis & des environs de Paris. Sa chair donne une assez bonne nourriture; elle rafraîchit & humecte. Ceux qui sont sujets à la diarrhée doivent s'abstenir d'en manger. Le foie est de toutes ses parties la moins salutaire. La meilleure chair de veau est celle qui est blanche, tendre & pleine de sucs.

## DU MOUTON.

Le Mouton nourri dans des lieux ſecs eſt le meilleur. Jeune, tendre, bien nourri, ſans être trop gras, il eſt une nourriture excellente & d'une facile digeſtion. La chair de belier eſt fort mauvaiſe, celle de brebis eſt viſqueuſe & fade, & par conſéquent ne vaut rien aux perſonnes délicates & d'un tempérament bilieux.

## DU COCHON.

La chair de Cochon eſt froide & humide. Elle lâche le ventre, parce que les principes huileux & flegmatiques qu'elle contient, détendent les fibres de l'eſtomac & des inteſtins. Les perſonnes qui font peu d'exercice, celles qui ont l'eſtomac foible, & ſurtout les vieillards, doivent s'abſtenir d'en manger. Le cochon de lait eſt encore plus mal ſain.

Nous avons encore une eſpèce de Porc que l'on nomme Sanglier, il reſſemble au porc domeſtique; il vit dans les forêts, mais il eſt plus agile & plus féroce que le dernier. Sa chair eſt moins viſqueuſe & plus facile à digérer. Mais elle eſt ſi nourriſſante, à cauſe des ſucs huileux qu'elle contient, & d'ailleurs ſi compacte, qu'elle ne convient guère qu'aux perſonnes qui fatiguent beaucoup. Celle du jeune ſanglier, qu'on appelle marcaſſin, eſt bien ſupérieure en goût & en bonté.

## De l'Agneau et du Chevreau.

On ne doit manger l'Agneau que lorſqu'il a ſix mois. Plus jeune, ſa chair eſt humide & phlegmatique. Elle eſt une nourriture rafraîchiſſante, mais peu ſaine, & qui forme un mauvais ſang.

Les médecins conviennent aſſez unanimement que la chair du chevreau eſt de tous les quadrupèdes la meilleure & la plus ſaine, quand l'animal tète encore ; & qu'il a moins de ſix mois. Il fournit alors une bonne nourriture, propre aux convaleſcens, dont les forces ſont épuiſées par une longue maladie.

## Du Cerf, de la Biche et du Faon.

Le Cerf eſt un animal timide, fort vif & fort léger, dont la chair eſt compacte, ſolide & difficile à digérer. Plus il eſt jeune, plus elle eſt ſaine; c'eſt pourquoi le faon eſt meilleur lorſqu'il tète qu'en tout autre temps.

La chair de la Biche, à moins qu'elle ne ſoit fort jeune, eſt moins bonne que celle du cerf. On employe la raclure des cornes du cerf pour faire de la gelée.

## Du Chevreuil et du Daim.

Le Chevreuil eſt plus petit que le daim. La chair du premier, lorſqu'il eſt jeune, gras & tendre, eſt ſèche & ſe digère facilement. On la croit la meilleure de tous les animaux ſauvages; cependant pour la

manger avec moins de danger pour la ſanté, il faut la faire bouillir & cuire avec des herbes aromatiques & humides. Celle du daim jeune & bien nourri, a les mêmes qualités que celle du chevreuil, à cela près qu'elle eſt un peu plus difficile à digérer.

## Du Lièvre et du Lapin.

La groſſeur, la qualité & le goût varient ſelon les lieux qu'ils habitent & les alimens dont ils ſe nourriſſent. Ceux qui vivent dans les montagnes & dans les plaines ſèches ſont les meilleurs. Lorſqu'il ne paſſe pas ſept à huit mois, ſa chair eſt tendre, délicate & nourrit médiocrement. Ceux qui abondent en humeurs mélancoliques doivent en manger peu. On diſtingue les levreaux en tâtant les pattes de devant en dehors. Il s'y trouve une petite groſſeur, comme celle d'une lentille. On connoît qu'il a un bon fumet, lorſqu'en le flairant au ventre, on ſent une odeur comme aromatique.

Le Lapin eſt ou ſauvage ou domeſtique. Le premier eſt, avec raiſon, le plus eſtimé; ſa chair eſt plus ſaine, plus tendre & plus ſucculente que celle du lièvre. On diſtingue le lapreau aux mêmes marques que le levreau.

# VOLAILLE.

## De la Poularde et du Chapon.

Les Poulardes ſont de jeunes Poules engraiſſées. Autant la chair d'une vieille poule eſt dure, ſèche & de difficile digeſtion, quoiqu'elle ſoit très-bonne pour les bouillons; autant celle de la poularde eſt tendre, ſucculente & facile à digérer.

Le chapon eſt un jeune poulet chaponné & engraiſſé. Il fournit une nourriture très-ſaine, quoiqu'un peu plus ſolide que la poularde.

## Du Dindon.

On ſait que le dindon eſt un jeune coq d'Inde. Sa chair fournit une très-bonne nourriture, facile à digérer & propre à rétablir les forces des convaleſcens. On préfère, pour la délicateſſe, la femelle au mâle.

## Du Poulet.

La chair de Poulet qui a deux ou trois mois eſt une nourriture excellente & très-ſaine. Elle rafraîchit, humecte & ſe digère facilement. Il faut préférer, pour la délicateſſe, les poulettes aux poulets.

### Du Pigeon.

Il y en a de sauvages & de domestiques. Les uns & les autres, lorsqu'ils sont jeunes, sont une excellente nourriture, quoiqu'elle resserre un peu.

### Des Canards et des Oies.

Il y en a de deux espèces, le domestique & le sauvage. Le dernier est bien supérieur en bonté & en goût au premier. Comme il respire un air plus pur, qu'il se nourrit d'alimens plus sains, & qu'il se donne plus d'exercice, sa chair est moins pesante sur l'estomac.

L'Oie a les mêmes qualités que le Canard, il est une nourriture plus solide & plus difficile à digérer. L'Oison trop jeune, a la chair visqueuse & abondante en sucs lents & fiers qui nuisent à l'estomac. Si l'oie est trop vieille, sa chair est dure, sèche, & très-difficile à digérer.

## DU GIBIER EN GÉNÉRAL.

### Du Faisan.

Le Faisan est un oiseau qui approche de la grosseur du coq. Sa chair est nourrissante & d'un goût délicieux. Elle convient particulièrement aux convalescens, parce qu'elle

eſt d'une très-facile digeſtion. On fait moins de cas de la femelle que du mâle.

### De l'Alouette ou Moviette.

Il y en a de pluſieurs eſpèces, dont deux ſont aſſez connues. On n'en fait cas qu'en Automne & en Hiver, parce qu'alors elles ſont graſſes.

### Des Grives et des Merles.

La Grive a une chair nourriſſante & délicate, facile à digérer & bonne pour les convaleſcens.

Le Merle eſt un oiſeau de la groſſeur de la Grive; lorſqu'il eſt jeune & gras, ſa chair donne un bon aliment, mais moins délicat que la grive, dont il approche par ſes qualités.

### De la Perdrix.

Il y en a deux eſpèces, la rouge & la griſe. On diſtingue la première parce qu'elle eſt plus groſſe, & qu'elle a le bec, les pattes & les paupières rouges : la chair de la jeune perdrix ou perdreau eſt tendre, de bon goût, & fournit une nourriture facile à digérer, propre aux convaleſcens & à ceux qui ont le ventre trop libre.

### De la Caille.

La Caille qu'on appelle verte, c'eſt-à-dire, que l'on prend au printemps, lorſque les blés ſont verts, ne vaut rien & a très-peu de goût.

Elle n'eſt bonne qu'à la fin de l'Été, qu'elle eſt graſſe. Sa chair eſt fine, délicate & de bon goût, cependant l'excès en eſt nuiſible, & ſa graiſſe la rend difficile à digérer.

## Des Poules d'Eau.

Il y en a de pluſieurs eſpèces & de différentes couleurs. Quoique ces oiſeaux aquatiques ne ſoient ni de la même groſſeur, ni de la même bonté, leur chair, lorſqu'ils ſont jeunes & gras, donne un aſſez bon aliment, mais un peu difficile à digérer. On en mange dans les jours maigres.

## Du Pluvier.

Le Pluvier doré eſt moins commun & plus délicat que le gris ou de couleur cendrée. On ne peut diſconvenir que leur chair, ſurtout celle du premier, ne ſoit d'un goût exquis, & facile à digérer.

## De l'Ortolan.

C'eſt un oiſeau fort délicat, nourriſſant, qui ſe digère aiſément. Le jeune ortolan pris dans ſon nid, quoiqu'il ne ſoit pas ſi gras, ne laiſſe pas d'être excellent.

## De la Gélinotte de Bois.

La Gélinotte eſt une eſpèce de poule ſauvage, quoiqu'elle ait les poules & les coqs domeſtiques en averſion. C'eſt un oiſeau fort recherché pour la délicateſſe de ſon goût, &

parce qu'il eſt un aliment ſain & facile à digérer.

Nous avons encore beaucoup d'autres oiſeaux dont la chair eſt ſaine & nourriſſante; mais comme leur eſpèce eſt particulière à différentes Provinces, nous nous diſpenſerons d'en parler.

---

## DES ŒUFS.

IL y en a d'autant d'eſpèces qu'il y a de ſortes d'animaux qui en produiſent. Ceux de poules ſont les plus uſités en cuiſine, & de tous les alimens il en eſt peu qui ſoient d'un uſage plus général. On les prépare d'une infinité de manières. Ils fourniſſent une bonne nourriture, adouciſſent les âcretés de la poitrine & ſe digèrent aiſément. Mais il faut les choiſir frais; car lorſqu'ils ſont vieux, outre que ſouvent ils n'ont plus un goût agréable, leurs principes ſont ſi altérés, qu'ils ne ſont pas capables de produire de bons effets. La manière de les apprêter peut auſſi les rendre nuiſibles. En général la façon la plus ſaine de les apprêter, ce ſera de faire en ſorte qu'ils ne ſoient ni trop cuits, ni trop peu. Le blanc ſurtout ſe racornit par une cuiſſon exceſſive, & devient par là indigeſte, parce que l'action du feu le dépouille de ſes ſucs. Il en eſt de même du jaune à proportion.

## Du Lait.

Le Lait de vache eſt celui dont la cuiſine fait le plus d'uſage. Sa bonté varie ſelon les ſaiſons & la qualité des herbages. Il faut qu'il ſoit nouvellement tiré, blanc, d'une bonne odeur, ſans aigreur, ſans amertume & d'une conſiſtance médiocre. Il fournit une nourriture aiſée à digérer, propre à adoucir l'âcreté du ſang, à modérer les douleurs de la goutte & les ardeurs d'urine. Mais les bilieux, ceux qui abondent en humeurs acides, & qui craignent les obſtructions, doivent s'en abſtenir.

## Du Beurre.

Le Beurre ſe tire de la crême qui ſe forme ſur le lait : ainſi, ſelon les différentes eſpèces de laits d'animaux, il y a différentes ſortes de beurres. Celui de la vache eſt d'un uſage plus commun en cuiſine, mais ſes qualités varient beaucoup ſelon la nature des pays & des pâturages. Il faut le choiſir le plus frais qu'il eſt poſſible, bien battu, ordinairement d'un jaune naturel, & d'une odeur douce & agréable. Le meilleur eſt celui des mois de Mai & Septembre. Plus il eſt frais, plus il eſt ſain. Il humecte l'eſtomac, adoucit les âcretés de la poitrine, & guérit les ulcères des viſcè-

res. Mais comme il lâche le ventre, l'excès en peut être nuisible, & affoiblir les forces de l'estomac.

## Du Fromage.

Il y en a d'une infinité de sortes, & dont la qualité varie selon la diversité du lait & des pâturages. Ceux qui sont les plus connus sur les tables sont le Rocquefort, le Sassenage, le Parmesan, le Gruyère, le Brie, le Marolles, & celui à la crême. Ceux qui ne sont ni trop frais, ni trop vieux, sont les meilleurs pour la santé; les premiers étant trop chargés d'humidité, & les seconds en étant trop dépourvus. Pour l'ordinaire le fromage vieux échauffe beaucoup & ne se digère pas aisément. On prétend que les graveleux doivent s'abstenir d'en manger.

## De l'Huile.

Il y a de plusieurs sortes d'Huiles, celle d'olive est la seule dont on fasse ordinairement usage en cuisine. La meilleure est l'huile vierge; on l'employe pour les salades.

L'huile est adoucissante, propre aux dyssenteries & aux coliques; mais parce qu'elle est onctueuse, elle est lente à digérer. Elle se conserve assez long-temps. S'il lui arrive de moisir, on fait frire un peu de sel dans de l'huile, on jette le tout chaud dans le

vaſe, que l'on referme auſſi-tôt; on le bouche exactement, afin que la vapeur ne puiſſe pas s'exhaler, ce qui rétablit l'huile dans ſon état naturel. Si elle a pris une mauvaiſe odeur, on pile des olives vertes, après en avoir ôté les noyaux, on les jette dans le vaſe; enſuite, après quelques jours de repos, on tranſvaſe l'huile. Un peu d'eau chaude ou bouillante jetée ſur l'huile, lui ôte une bonne partie de la mauvaiſe ſaveur & du goût rance qu'elle peut avoir contracté.

# DU POISSON
## D'EAU DOUCE ET DE MER.

### DE LA CARPE ET DE LA BRAIME.

LA Carpe eſt un poiſſon d'eau douce fort connu. Celles de Seine ſont les plus eſtimées, parce qu'elles ne ſentent pas la bourbe. La langue eſt le plus délicat de la carpe. Sa chair nourrit médiocrement & n'eſt pas de difficile digeſtion.

La Braime reſſemble beaucoup à la Carpe, par ſa figure, quoiqu'elle ſoit un peu plate. Sa chair un peu molle & tendre, a les mêmes qualités que celle de la carpe.

## De la Perche.

La Perche de mer eſt plus petite que celle d'eau douce, ſa chair eſt dure, de mauvais goût & difficile à digérer. Celle de rivière eſt préférable à celle de marais & étangs. Pour qu'elle ne ſoit ni trop jeune ni trop vieille; il faut la choiſir de moyenne groſſeur & bien graſſe; alors ſa chair eſt bonne, & facile à digérer.

## De la Truite.

La chair de la Truite eſt rougeâtre, ferme & d'un goût excellent, ſurtout ſi elles ſont ſaumonées ou priſes dans des rivières ou dans des eaux lympides. C'eſt un aliment ſain & qui ſe digère aiſément. On prétend que la truite eſt meilleure en Été qu'en toute autre ſaiſon.

L'Ombre eſt auſſi une eſpèce de truite; ſa groſſeur approche de celle du hareng, mais ſon goût ne le cède en rien à la truite commune.

## De la Tanche.

Ce poiſſon habite plus volontiers les marais & les eaux bourbeuſes que les rivières. Auſſi eſt-il aſſez ordinaire qu'il ſente la bourbe. Celui que l'on pêche dans les rivières ou dans les eaux claires eſt d'aſſez bon goût; mais comme il abonde en ſucs viſqueux & groſſiers, l'uſage fréquent en peut être nuiſible.

## De la Tortue.

Il y a deux espèces générales de tortues, les terrestres & les aquatiques. Les premières se trouvent dans les forêts, sur les montagnes & dans les jardins où elles se nourrissent de fruits, d'herbes & d'insectes. Les aquatiques peuvent se diviser en trois classes, dont l'une comprend celles de mer ; la seconde celles des rivières & des eaux douces & lympides ; la troisième celles que l'on trouve dans des lieux bourbeux & marécageux. La chair de tortue est pectorale, nourrissante, convenable aux éthiques & aux phtysiques, & d'un suc qui approche de celle du bœuf, mais elle est un peu pesante à digérer.

## Du Brochet.

C'est un poisson assez commun. Celui de rivière est préférable aux autres. Il nourrit médiocrement, & n'est pas difficile à digérer. On prétend qu'il faut prendre garde de manger les œufs du brochet, parce que souvent ils excitent des naufées, & purgent quelquefois assez violemment.

## De la Lotte ou Barbotte.

Elle ressemble assez par la figure & la couleur, à l'anguille ; mais elle est moins longue, sa chair est délicate, on fait beaucoup de cas de son foie. On croit que ses œufs sont purgatifs.

## De la Lamproye.

Il y a de deux sortes de Lamproyes, celles de mer, & celles de rivière. Il faut choisir les unes & les autres grasses, & préférer le mâle à la femelle, parce que la chair en est plus ferme & de meilleur goût. Le temps où elles sont meilleures est le printemps. C'est un aliment qui nourrit beaucoup, est difficile à digérer, & qu'on croit nuisible aux goutteux & aux graveleux.

## De l'Anguille.

Quoique l'Anguille se trouve dans les lacs, dans les rivières & quelquefois même dans la mer, cependant celle que l'on pêche dans les eaux claires est la meilleure. Sa chair est de bon goût & nourrissante, mais un peu difficile à digérer à cause des sucs visqueux qu'elle contient. Elle est moins nuisible, lorsqu'elle est rôtie, parce que l'action du feu dissipe une partie de sa viscosité. Les goutteux, les graveleux, & ceux qui ont l'estomac foible, ne doivent en user que modérément.

## Du Saumon.

Il en est de différente grandeur. Le Saumon frais est de meilleur goût que le salé. C'est un aliment nourrissant, apéritif, bon pour la poitrine, mais un peu pesant, surtout lorsque le poisson est trop vieux.

## Du l'Éturgeon, du Thon, du Turbot et de la Barbue.

La chair de l'Éturgeon & celle du Thon, lorſqu'ils ſont jeunes & tendres, donnent une nourriture ſolide, mais fort peſante ſur l'eſtomac. Celle du Turbot, quand elle eſt fraîche, graſſe & bien nourrie, ſe digère aiſément; mais celle de la Barbue eſt la plus eſtimée.

## Du Barbot.

Ce poiſſon tire ſon nom d'une barbe qu'il porte à côté des lèvres. Il eſt d'un excellent goût, nourrit médiocrement & ſe digère ſans peine. Ses œufs cauſent de grands maux d'eſtomac & purgent violemment par haut & par bas; ainſi il faut avoir grand ſoin de les ôter avec les entrailles.

## Du Carlet, de la Plie, de la Limande et du Flet.

La chair de ces poiſſons, quoiqu'un peu viſqueuſe, fournit un bon aliment, aiſé à digérer, & propre à tempérer les âcretés de la poitrine.

## De la Raye.

Celle que l'on pêche à Marſeille & ailleurs, qu'on nomme raye bouclée, eſt de meilleur goût que les autres. La raye, quoiqu'aſſez nourriſſante, eſt d'une digeſtion fort laborieuſe & produit des humeurs groſſières, à cauſe des ſucs viſqueux qu'elle contient.

## De l'Alose.

L'Aloſe ſe mange au Printemps ; celle de Seine eſt fort eſtimée. C'eſt un aliment de bon goût, facile à digérer & qui provoque au ſommeil.

## De la Morue et Merluche.

Il eſt peu de poiſſons de mer d'un auſſi commun uſage. Lorſqu'elle eſt nouvelle & qu'elle n'a point été ſalée, elle a un meilleur ſuc, ſe digère plus aiſément & eſt beaucoup moins coriace. Quand on veut employer la morue ſalée, il faut avoir ſoin de ne pas la faire deſſaler ni trop, ni trop peu. Dans le premier cas, outre qu'elle perd ſa ſaveur, & qu'il ne lui reſte qu'un goût fade, elle eſt coriace & indigeſte, l'eau l'ayant dépouillée de ſes ſels. Dans le ſecond, il lui reſte un goût piquant & elle échauffe beaucoup.

La Merluche eſt dure, coriace & indigeſte.

## Du Hareng.

Le Hareng frais eſt d'aſſez bon goût lorſqu'il n'a pas frayé ; il nourrit médiocrement & ſe digère bien. Celui qui eſt ſalé eſt indigeſte, donne des rapports & échauffe beaucoup. Le ſoré étant plus ſec & plus dur, eſt encore plus mauvais.

## Du Maquereau.

On l'eſtime pour ſon bon goût. Le laité eſt meilleur & plus ſain que celui qui ne l'eſt pas. Il eſt nourriſſant, mais un peu indigeſte à cauſe des ſucs viſqueux & groſſiers qu'il contient.

## De la Vive.

Ce poiſſon eſt d'un goût exquis. Il faut le choiſir gros, bien frais & d'une chair ferme. C'eſt un aliment très-nourriſſant, facile à digérer; il n'y a que l'excès qu'on en peut faire qui puiſſe produire de mauvais effets. La Vive a ſur le dos & aux oreilles des piquans venimeux, qui lui ſervent de défenſe contre les pêcheurs, & qui, après la mort de l'animal, conſervent encore leur venin; car ſi quelqu'un en eſt piqué par mégarde, la partie bleſſée s'enfle, & l'inflammation eſt accompagnée de douleur. L'eſprit-de-vin peut ſervir de remède en cette occaſion, ou bien on fait un mélange d'oignon & de ſel, ou de la chair & du foie de la Vive même, qu'on applique ſur la plaie.

## De l'Éperlan.

L'Éperlan eſt un petit poiſſon longuet & gros à peu près comme le doigt, qui naît dans la mer & ſe pêche dans les rivières où il remonte, il reſſemble aſſez au goujon & par ſa figure & par ſa groſſeur; mais il eſt plus délicat, il faut le choiſir frais, luiſant, de couleur de perle & d'une odeur de vio-

lette. Sa chair nourrit médiocrement, eſt apéritive, propre aux graveleux & ſe digère aiſément.

### Du Merlan.

Le Merlan, quand il eſt bien frais, eſt d'un excellent goût. C'eſt une nourriture ſi légère qu'on en permet l'uſage aux malades.

### De la Sole.

Son goût exquis lui a fait donner le nom de perdrix de mer. Elle eſt nourriſſante, & d'une facile digeſtion. On prétend que la tête ſéchée & pulvériſée eſt bonne pour le ſcorbut & la gravelle.

### Du Rouget.

On fait plus de cas de ce poiſſon en hiver qu'en été; & il eſt recherché pour ſon bon goût. C'eſt un aliment fortifiant, facile à digérer, & bon pour le cours de ventre.

### Des Macreuses.

On la place au rang des canards ſauvages. Vieille, elle eſt dure & coriace; mais jeune, elle nourrit médiocrement, & ſe digère avec peine.

### Des Écrevisses.

On en diſtingue ordinairement de deux ſortes, celles de mer & celles de rivières ou d'eau douce. Les écreviſſes de mer ſont beaucoup plus groſſes que les autres. On regarde

les ſallinoques ou chevrettes comme une eſpèce d'écreviſſe de mer, quoiqu'elles n'ayent pas les pattes fendues. En général la chair de ce poiſſon nourrit beaucoup, eſt propre aux étiques & aux phtyſiques; elle eſt apéritive & purifie le ſang. Son ſuc un peu viſqueux la rend un peu difficile à digérer.

## Des Huîtres et Moules.

Les Huîtres vertes d'Angleterre & de la Rochelle ſont recherchées pour leur délicateſſe, elles ſont d'ordinaire un peu moins groſſes que les blanches. La chair des huîtres ne nourrit pas beaucoup, elle eſt apéritive & réveille l'appétit. Elle provoque le ſommeil & lâche un peu le ventre; crue, elle ſe digère plus aiſément que cuite. Il n'eſt pas généralement vrai qu'elle ſoit peſante ſur l'eſtomac. S'il en eſt qui ayent ce reproche à lui faire, il y en a tout au moins autant qui ne peuvent s'en plaindre. Cependant l'excès immodéré, comme celui des meilleurs alimens, peut devenir pernicieux.

Les Moules de mer ſont plus ſaines, de meilleur goût, & d'un uſage plus fréquent que celles de rivière. Les moules nourriſſent peu, lâchent le ventre & ſont peu faciles à digérer.

# DES LÉGUMES, RACINES, *ET AUTRES VÉGÉTAUX.*

## Du Riz et du Gruau.

Il faut choisir le Riz, gros, blanc & nouveau. Il resserre un peu & se digère aisément, s'il est bien cuit, surtout dans du bouillon gras ou du lait de vache. Il adoucit l'âcreté & tempère l'ardeur du sang.

Le Gruau s'employe, comme le Riz, dans du bouillon. C'est un aliment léger, adoucissant, qui rafraîchit, provoque le sommeil, & est fort bon pour les convalescens.

## Des Pois.

Il y a plusieurs sortes de Pois qui ont à peu près les mêmes vertus. Ils sont apéritifs, mais venteux, & les graveleux doivent s'en abstenir. De tous les Pois, les plus délicats pour le goût sont les Pois verts.

## Des Féves.

Il y en a de plusieurs espèces, qui ont presque les mêmes vertus. Elles provoquent le sommeil, & adoucissent l'âcreté du sang. Mais elles donnent des vents, & leur usage trop fréquent épaissit les humeurs.

## DES HARICOTS.

Les vertus de l'Haricot ſont les mêmes que celles des pois ; le haricot ſe mange vert, c'eſt-à-dire, avant que le grain ſoit formé. On le nomme féverole, lorſqu'il eſt en maturité. Il y a des féveroles blanches, rouges & même noires. Les rouges ſont les meilleures pour la ſanté.

## DES LENTILLES.

Il y en a de deux ſortes ; celles à la Reine ſont petites, & ne ſont d'uſage que pour les coulis. Les lentilles ordinaires ſont les plus eſtimées ; elles nourriſſent médiocrement & ſont faciles à digérer. Elles tempèrent l'ardeur du ſang, & reſſerrent, ſurtout quand on les mange entières, ce qu'il ne faut jamais faire qu'elles ne ſoient bien cuites. La purée reſſerre auſſi un peu ; mais on prétend que, comme cet aliment épaiſſit beaucoup le ſang & produit des humeurs groſſières, l'uſage trop fréquent peut être ſuivi de mauvais effets.

## DES CHOUX.

On met le Chou au rang des plantes pectorales ; mais le chou pommé blanc n'eſt pas bon pour les eſtomacs foibles, ſurtout en bouillon maigre. Il produit beaucoup de phlegme & d'humeurs mélancoliques. On préfère le chou rouge aux autres eſpèces pour les pulmoniques ; le chou-rave, qui eſt de la groſſeur d'une groſſe pomme, eſt fort eſtimé.

Il ne pouſſe point de feuilles, & veut être mangé jeune. En général le chou doit être bien cuit, autrement il donne des rapports, & ſe digère difficilement.

Les Choux-fleurs ont à peu près les mêmes propriétés que les autres eſpèces de choux.

### Des Carottes et des Panais.

Ces deux plantes ont à peu près les mêmes qualités. Elles ſont bonnes pour l'eſtomac & la poitrine, ſurtout lorſqu'elles ſont bien cuites, faute de quoi elles ne ſe digèrent pas aiſément. Elles ſont apéritives, chaſſent les vents & le gravier des reins, ſurtout la carotte, dont la meilleure eſt celle qui eſt longue, charnue, jaune ou d'un blanc pâle, tendre & d'un goût doux & agréable. On employe les feuilles de ces plantes en Médecine, mais la racine eſt ſeule d'uſage en cuiſine.

### Des Navets et des Raves.

Le Navet cultivé eſt le ſeul qu'on employe en cuiſine. Il eſt bon pour la poitrine & pour les aſthmatiques. Il faut préférer celui qui eſt médiocrement gros, charnu, tendre, d'un goût agréable, quoique piquant, & de couleur blanche. Celui de Freneuſe, quoique très-petit, eſt le plus eſtimé. Le gros Navet, que l'on appelle rave en quelques Provinces, a les mêmes vertus, il a même une ſaveur plus douce. Sa racine eſt longue & plate pour l'ordinaire, de la figure à peu

près des gros oignons plats, mais il en eſt de différentes groſſeurs.

Le Raifort eſt ce qu'on appelle rave à Paris. C'eſt une racine apéritive & propre à chaſſer le ſable & le gravier des reins, mais elle eſt un peu indigeſte, & engendre des vents. Il faut choiſir celle qui eſt tendre, médiocrement groſſe, d'un goût piquant & agréable.

## Du Salsifis de la Scorsonère et du Chirouis.

On diſtingue deux ſortes de Salſifis, dont les propriétés ſont les mêmes. Le Salſifis ordinaire, qu'on croit être une eſpèce de Barbe-de-bouc, & le Salſifis d'Eſpagne, autrement nommé Scorſonère. La cuiſine ne fait uſage que de la racine de ces plantes, qu'il faut choiſir tendre, caſſante, & d'un goût agréable. Elle eſt apéritive, cordiale & ſudorifique.

Le Chirouis eſt, comme les plantes précédentes, une eſpèce de panais, & a les mêmes vertus, avec cet avantage, qu'il fournit un aliment plus ſalutaire.

## Des Truffes.

La Truffe eſt une ſorte de racine ou de fruit charnu, de différentes groſſeur & figure, & raboteux, qui naît & croît dans le ſein de la terre, ſans pouſſer au dehors ni tige, ni feuilles, ce qui, ſans doute, a fait croire aux Anciens qu'elle venoit ſans ſemence; il s'en trouve dans la Gaſcogne, le Limoſin,

l'Agénois, le Périgord & d'autres pays chauds. L'expérience a appris aux habitans la manière de connoître les endroits où il y en a. On se sert aussi de cochons pour les découvrir, parce que ces animaux, qui en sont très-friands, les sentent & ne manquent pas de les déterrer avec leur grouin. Il faut les choisir grosses, les plus rondes qu'on le peut, noires en dessus, & marbrées en dedans, assez dures & d'une odeur agréable. Elles entrent dans une infinité de ragoûts, auxquels elles donnent un goût excellent. Elles fortifient l'estomac & aident à la digestion, pourvu qu'on en use modérément, parce qu'elles échauffent & font fomenter les humeurs.

On donne aussi, dans quelques Provinces, le nom de Truffe à un autre fruit de terre, qu'on appelle ordinairement Topinambour, ou pomme de terre. Leur couleur est rougeâtre en dehors, & blanche en dedans. C'est un aliment un peu grossier, assez nourrissant, & propre à adoucir l'âcreté des humeurs.

## De la Poirée et de l'Oseille.

Il y a deux espèces de Poirées, la blanche & la rouge. Celle-ci se subdivise en deux autres. La première a les feuilles semblables à celles de la Poirée blanche, excepté qu'elles sont rougeâtres. On ne fait-usage, dans les alimens, que des feuilles de ces dernières. L'autre espèce s'appelle beterave, ses feuilles sont encore plus rouges & plus petites,

ſa racine eſt longue & d'un rouge foncé, c'eſt la ſeule dont on faſſe uſage. Ces plantes ſont apéritives, purifient le ſang & chaſſent les obſtructions, mais elles lâchent un peu le ventre, & ſe digèrent difficilement. Les feuilles de la poirée, mêlées avec celles de l'oſeille, modèrent l'acide de celle-ci.

Quoiqu'il y ait auſſi pluſieurs eſpèces d'oſeilles cultivées, elles ont les mêmes vertus. Elles ſont apéritives & rafraîchiſſantes, leur acide tempère l'ardeur de la bile. Elles ſont très-bonnes pour les ſcorbutiques. L'uſage immodéré de l'oſeille peut nuire à l'eſtomac, parce que leur ſel acide peut l'incommoder en le picotant trop fortement. Auſſi les faut-il choiſir tendres, ſans être trop aigres.

## Des Potirons ou Citrouilles.

La Citrouille eſt rafraîchiſſante & propre à adoucir l'âcreté du ſang. Sa ſemence eſt une des quatre ſemences froides. Il en faut uſer modérément.

## Des Asperges.

Les Aſperges cultivées ſont les ſeules dont la cuiſine faſſe uſage. Celles qui ſont précoces, & qui ne viennent avant le temps ordinaire qu'à force de culture, ne ſont pas les plus ſaines. L'aſperge eſt apéritive, bonne pour le foie, & pour chaſſer le ſable des reins; mais ſon uſage immodéré échauffe, rend les humeurs âcres, & au jugement de quel-

ques-uns, peut donner la pierre à certaines perſonnes.

### Des Artichauts.

L'Artichaut eſt une eſpèce de chardon cultivé, qui vient dans une terre où l'on a jeté de la cendre. Les meilleurs nous ſont apportés de Laon. Ils ſont d'un grand uſage dans les alimens, & ſont nourriſſans, apéritifs, purifient la maſſe du ſang, & ſe digèrent aiſément, ſurtout lorſqu'ils ſont cuits; mais crus, ils ſont plus difficiles à digérer.

### Des Épinards.

C'eſt une plante émolliente, propre à adoucir les âcretés de la poitrine, & à appaiſer la toux. Il eſt des perſonnes à qui elle tient le ventre libre, mais on remarque qu'elle eſt bonne pour l'eſtomac de celles qui ſont bilieuſes.

### Du Porreau.

Il eſt apéritif & bon pour la poitrine: mais ſon ſuc viſqueux & gluant le rend difficile à digérer; il échauffe & cauſe des maux de tête à ceux qui en mangent immodérément. On ne doit jamais en manger qu'il ne ſoit bien cuit. On prétend néanmoins que, mangé cru, il éclaircit la voix. L'empereur Néron, au rapport de Pline, en mangeoit avec de l'huile, dans ce deſſein; & quand il avoit bien chanté, il diſoit qu'il en étoit redevable aux porreaux.

## De l'Oignon, Ail, Rocambole, et Échalotte.

L'Oignon diffère en goût & en groſſeur, ſelon la qualité du terroir & du climat. Dans les pays chauds il a moins d'âcreté que dans les nôtres. Le blanc eſt généralement plus doux que le rouge & le jaune. Les petits oignons blancs ſont les plus eſtimés pour les ragoûts. Comme l'oignon échauffe, le trop fréquent uſage peut nuire, mais modéré il ne peut produire que de bons effets. Il eſt apéritif, pectoral & ſudorifique. Il convient aux ſcorbutiques & à ceux qui ſont attaqués de la gravelle.

L'ail, la rocambole & l'échalotte ont à peu près les mêmes vertus que l'oignon ; l'ail eſt néanmoins un peu plus difficile à digérer.

## Du Persil.

La feuille & la racine de perſil ſont d'uſage en cuiſine. Sa feuille doit ſe cueillir avant qu'il ait fleuri, parce qu'alors elle a un goût moins âcre, & qu'elle eſt plus tendre. La racine doit être blanchâtre, longue & tendre. Cette plante eſt apéritive & provoque la ſueur. Sa ſemence eſt une des quatre ſemences chaudes majeures. L'uſage trop fréquent du perſil échauffe & donne des maux de tête.

## Du Thim, Laurier, Basilic et Sariette.

Le Thim & la Sariette ſont des plantes aromatiques qui ont preſque les mêmes vertus. La Sariette eſt même plus agréable que le Thim dans les ragoûts. Elles excitent l'appétit, fortifient l'eſtomac & ſoulagent les poumons. On les place auſſi dans la claſſe des plantes céphaliques, ou propres aux maux de tête.

Le laurier eſt un arbriſſeau, dont les feuilles ſont d'un grand uſage en cuiſine. Il contient une huile aromatique & un ſel volatil & âcre, ce qui le rend bon pour les maladies des nerfs, la colique & la foibleſſe d'eſtomac.

Le baſilic eſt auſſi une plante aromatique qui fortifie les nerfs & l'eſtomac, & aide à la digeſtion. Il eſt encore apéritif, propre à chaſſer les vents & à guérir les maux de tête.

## Du Fenouil et de l'Anis.

Le Fenouil eſt une plante aromatique qu'on employe quelquefois dans les alimens pour leur donner du goût. Elle eſt apéritive, bonne pour l'eſtomac & la poitrine, mais elle échauffe, auſſi ſa ſemence eſt une des quatre ſemences chaudes majeures.

L'Anis vert contient les mêmes qualités que le fenouil, & on l'employe au même uſage. Il eſt ſtomachique, aide à la digeſtion, appaiſe les coliques venteuſes & les cours de ventre. Sa ſemence eſt la première des quatre ſemences chaudes du premier ordre.

## Champignons et Mousserons (*). De la Morille.

La Morille est une espèce de champignon. Il est rare qu'elle produise d'aussi mauvais effets. Elle excite l'appétit & fortifie l'estomac; mais comme elle échauffe & augmente l'âcreté des humeurs, l'usage fréquent en peut être nuisible.

## Des Capres.

C'est le fruit du Câprier. On en fait un grand usage dans les alimens, dont elles relèvent le goût. Elles réveillent l'appétit, quand elles sont bien confites, fortifient l'estomac & sont apéritives; mais il faut en faire un usage modéré, parce qu'elles échauffent beaucoup, & qu'elles donnent trop d'agitation au sang.

## De la Moutarde, ou Sénevé.

La Moutarde, tant la cultivée que la sauvage, est une plante apéritive, anti-scorbutique & stomachale. Sa semence est la seule dont on fasse usage en cuisine. Son goût piquant excite l'appétit & relève la saveur des alimens. Outre qu'elle facilite la digestion, elle est singulièrement bonne pour les personnes scorbutiques & vaporeuses. Il n'y a

(*) Voyez le Guide de Santé, article *Champignons*, pag. 87.

que l'excès, ſurtout aux jeunes gens, qui puiſſe être pernicieux.

### De la Laitue.

Il y a la Laitue ſauvage & la cultivée. Celle-ci eſt la ſeule d'uſage dans les alimens, & il y en a de pluſieurs ſortes, comme la laitue pommée, & celle qui ne l'eſt pas, la romaine, la crêpée. Les plus tendres ſont les meilleures. Cette plante eſt rafraîchiſſante, calme la trop grande agitation des humeurs, & par là provoque le ſommeil; mais l'excès diminue la chaleur naturelle, affoiblit l'eſtomac, & excite des cours de ventre. Elle eſt ſurtout bonne pour les perſonnes bilieuſes. Sa ſemence eſt une des quatre ſemences froides mineures.

### Du Céleri, de la Chicorée et du Cresson.

Le Céleri eſt une plante chaude & apéritive. Il faut le choiſir blanc, tendre & d'une ſaveur douce, quoiqu'un peu âcre. Il ne diffère de l'ache que parce qu'il eſt cultivé, & que l'ache ne l'eſt pas. Il excite l'appétit, calme les coliques venteuſes, & appaiſe les maux de poitrine. Quelques-uns le défendent aux épileptiques.

Il y a deux eſpèces de Chicorées, la cultivée & la ſauvage ou amère. La première eſt la plus uſitée dans les alimens, & il y en a de pluſieurs eſpèces. Il faut la choiſir jeune, tendre & bien blanche. Elle eſt apéritive &

rafraîchiſſante, propre à ceux qui ſont attaqués du foie, de la jauniſſe & d'obſtructions dans les viſcères. Elle eſt moins apéritive étant cuite qu'en ſalade ; la ſauvage a les mêmes propriétés & elle eſt encore plus rafraîchiſſante.

On diſtingue auſſi deux ſortes de Creſſons, le creſſon alénois, qu'on cultive dans les jardins, le creſſon de fontaine ou aquatique, qui croît ſur les bords des fontaines. Le premier s'employe dans les ſalades, mêlé avec d'autres plantes, parce qu'il a un goût âcre & piquant. Le ſecond ſe mange ſouvent ſeul en ſalade, parce qu'il a moins d'âcreté. L'un & l'autre ſont des plantes anti-ſcorbutiques, apéritives, propres à nettoyer les reins & le foie & à purifier le ſang. Ils ont un ſel volatil âcre qui déſobſtrue la rate, atténue & chaſſe les humeurs viſqueuſes, & par là fortifie l'eſtomac. L'excès échauffe beaucoup.

## De la Pimprenelle, Estragon, Cerfeuil et Pourpier.

La Pimprenelle cultivée eſt d'un uſage fréquent dans les ſalades, ſurtout ſi elle eſt tendre & d'un goût agréable. Cette plante, quoiqu'aſtringente, eſt en même temps apéritive & vulnéraire. Elle purifie le ſang & chaſſe le ſable & gravier des reins; elle eſt pourtant un peu difficile à digérer, & par cette raiſon, l'uſage immodéré peut devenir nuiſible.

L'Eſtragon eſt apéritif, ſudorifique & ſto-

machique. On le met auſſi au rang des plantes anti-ſcorbutiques. Son ſel âcre & volatil eſt propre à atténuer les humeurs viſqueuſes, exciter l'appétit & fortifier l'eſtomac. L'excès échauffe, & ne vaut rien aux bilieux.

Le cerfeuil eſt apéritif, bon pour les graveleux, & pour ceux qui ſont attaqués du foie. Il purifie le ſang & fortifie l'eſtomac. On n'en remarque aucun mauvais effet.

Le Pourpier cultivé adoucit les âcretés de la poitrine, purifie le ſang & convient aux bilieux, mais il eſt un peu difficile à digérer, & l'uſage immodéré peut exciter des coliques venteuſes.

## Des Oranges et Citrons.

Il y a deux eſpèces d'Oranges, l'une amère & l'autre douce. Elles ſont toutes deux d'uſage dans les alimens. Leur jus, leur fleur & leur écorce s'employent en cuiſine. Le jus eſt apéritif & excite l'appétit, la fleur eſt cordiale & céphalique, ou bonne pour les maux de tête. L'écorce eſt ſtomachale, ſurtout celle de l'orange aigre, mais priſe avec excès elle échauffe beaucoup.

Le jus de citron réveille auſſi l'appétit, eſt bon pour chaſſer le ſable des reins, & pour tempérer l'ardeur du ſang. Mais comme il eſt un peu froid, il faut en modérer l'uſage & la quantité. Son écorce confite ou sèche eſt cordiale & facilite la digeſtion.

## Des Chataignes et Marrons.

Ce fruit eſt nourriſſant, mais lourd & difficile à digérer. Quelquefois il reſſerre & donne des vents. Il eſt plus ſain bouilli qu'autrement. Si l'on ne juge pas à propos de les manger bouillis, il faut les faire cuire dans la braiſe ou les cendres chaudes. Mais, de quelque manière qu'on les mange, que ce ſoit avec ſobriété.

# TABLE

*Des Services pour les quatre Saisons, à l'usage de ceux qui veulent ordonner des Repas.*

## DÎNÉ DE PRINTEMPS,

Servi à sept.

### *PREMIER SERVICE.*

UNE pièce de bœuf à la Sainte-Menehould, pour le milieu.
Un potage d'issus d'agneau à la Reine.
Un potage de Julienne aux filets de racines nouvelles.

*Quatre Hors-d'œuvres.*

Un de palais de bœuf roulé.
Un de caisson de cervelle de veau.
Un de saucisses à la moutarde au gratin.
Un de filets de volaille à la crême.

### *DEUXIÈME SERVICE.*

*Deux Entrées pour relever les Potages.*

Une d'un pâté chaud de cuisses de poularde.
Une d'un gigot de mouton au ris de veau.

### *Troisième Service.*

*Trois plats de Rôt. Deux Salades. Deux Sauces.*

Un d'un quartier d'agneau.
Un de deux poulets à la Reine.
Un de deux petits lapreaux.
Une ſauce à l'agneau.
Une ſauce bachique.
Deux ſalades.

### *Quatrième Service.*

*Sept Entremets.*

Un d'une tourte de ceriſes.
Un d'épinards au jus.
Un d'aſperges.
Un de crême au naturel.
Un de morilles.
Un d'écreviſſes maſquées.
Un de bignets de fraiſes.

---

## Soupé de Printemps,

Servi à neuf.

### *Premier Service.*

Un quartier de veau de rivière, pour le milieu.

*Quatre Entrées.*

Une de filets de bœuf à l'eſtoufade.
Une de crépinette de côtelettes de mouton.

Une de quartier d'agneau au Vénitien.
Une de deux poulets à la minute au Vertpré.

*Quatre Hors-d'œuvres.*

Un de petits pâtés à la Reine.
Un de rissoles de fraises de veau.
Un de pieds de mouton en canellons.
Un de paupiettes de langues de bœuf.

*Deuxième Service.*

Un pâté froid pour le milieu.

*Quatre plats de Rôt.*

Un d'une poularde nouvelle.
Un de levreau.
Un de petits pigeons.
Un d'un dindonneau.
Quatre salades.
Deux sauces.

*Troisième Service.*

*Neuf Entremets.*

Un de pâté restant pour le milieu.
Un de mousserons.
Un d'artichaut.
Un d'œuf au salpicon.
Un d'écrevisses grillées.
Un de crême à la nompareille.
Un de petits choux de confiture.
Un de rôties de pâte d'amandes.
Un de bignets printaniers.

## DÎNÉ D'ÉTÉ,

### Servi à sept.

*PREMIER SERVICE.*

UNE pièce de bœuf au naturel, pour le milieu.
Un potage au riz, garni d'une poularde.
Un potage de croûtes à la purée verte nouvelle.

*Quatre Hors-d'œuvres.*

Un de queue de veau à la remoulade.
Un de langues de mouton en filets.
Un de quenelles de poularde.
Un de palais de bœuf en bignets.

*DEUXIÈME SERVICE.*

*Deux Entrées pour relever les Potages.*

Une d'un dindonneau à la poële.
Une de pigeons accompagnés de grenadins.

*TROISIÈME SERVICE.*

*Rôt & Entremets.*

Un gâteau à l'anis de Verdun, pour le milieu.

*Deux plats de Rôt.*

Un de ramereaux.
Un d'un coq vierge.

*Quatre Entremets chauds.*

Un de petits pois.
Un d'artichauts jumeaux.
Un d'une crême Françoiſe.
Un de bignets de pêches.
Deux ſalades.

---

## SOUPÉ D'ÉTÉ,

Servi à neuf.

### *PREMIER SERVICE.*

UN aloyau à la braiſe pour le milieu.

*Quatre Entrées.*

Une de côtelettes de veau en ſurtout.
Une d'une poularde à la Toulouſe.
Une de grenadins de canards glacés.
Une d'une tourte de lapreaux.

*Quatre Hors-d'œuvres.*

Un de pieds de mouton à l'Italienne.
Un de petits pâtés de champignons.
Un de ſavatte de veau,
Un de langues de bœuf aux fines herbes.

### *DEUXIÈME SERVICE.*

Pour le milieu, un gâteau de mille-feuilles.

*Quatre plats de Rôt.*

Un d'un dindonneau gras.
Un de pigeons en cailles.
Un d'un faisan d'eau.
Un de poulets gras.
Quatre salades.
Deux sauces.

## *Troisième Service.*

*Neuf Entremets.*

Le gâteau restant pour le milieu.
Un d'artichauts à la gelée.
Un de petits haricots verts.
Un de chou-fleurs.
Un d'œufs aux gobelets.
Un de tartelettes de massepains à la glace.
Un de crême reloutée en rocher.
Un de bignets en couronnes.
Un de ris de veau à la pluche verte.

---

## Diné d'Automne et d'Hiver,

Servi à onze en maigre.

### *Premier Service.*

Un pâté chaud d'anguilles, pour le milieu.

*Quatre potages.*

Un potage au lait méringué.
Un potage au Parmesan.
Un potage aux filets de racines à la Julienne.
Un potage à l'italienne au coulis de lentilles.

*Six Hors-d'œuvres.*

Un de petits pâtés de carpes.
Un de moules à la hollandoiſe.
Un d'omelettes en paupiettes.
Un d'œufs frais.
Un d'œufs en caiſſe au parmeſan.
Un d'œufs pochés à la chapelure.

## *DEUXIÈME SERVICE.*

*Quatre Entrées pour relever les quatre Potages.*

Une de perches à la ſauce au Vertpré.
Une de truite à l'Eſpagnole.
Une d'éturgeon aux croûtons.
Une de raye à l'étuvée.

## *TROISIÈME SERVICE.*

Un gâteau de Compiègne pour le milieu.

*Pour les deux bouts.*

Un de ramequins.
Un gâteau au zéphyr.

*Quatre plats de Rôt.*

Un de ſaumon au court-bouillon.
Un d'une carpe au bleu.
Un de foles frites.
Un de vives frites.
Quatre ſalades.

### *Quatrième Service.*

*Huit Entremets chauds, pour relever les quatre plats de Rôt, & les quatre Salades.*

Un de truffes au four.
Un de choux-fleurs au beurre.
Un d'écrevisses à la Provençale.
Un d'huîtres farcies dans leurs coquilles.
Un de champignons aux filets de racines.
Un de rôties méringuées.
Un de pommes en surprise.
Un de crême croquante.

---

## Souper d'Automne et d'Hiver,

Servi à neuf, en maigre.

### *Premier Service.*

Un gros brochet à la broche, à la sauce au brochet, pour le milieu.

#### *Quatre Entrées.*

Une de saumon en ragoût.
Une d'une queue de morue farcie à la Bourgeoise.
Une d'anguille en bignets.
Une de raie à la sauce à la raie.

#### *Quatre Hors-d'œuvres.*

Un de petits pâtés dressés aux œufs.
Un d'œufs aux anchois glacés de Parmesan.

Un d'œufs en redingote.
Un d'œufs aux fines herbes.

### *Deuxième Service.*

*Pour le milieu & les deux bouts.*

Un buiſſon d'écreviſſes.
Un de tartelettes.
Un de petits bonnets de Turquie.

*Deux plats de Rôt.*

Un d'un Turbot en court-bouillon.
Un de groſſes lottes frites.
Quatre ſalades.

### *Troisième Service.*

*Six Entremets pour relever les deux plats de Rôt & les quatre Salades.*

Un de truffes au naturel.
Un d'épinards.
Un de champignons au vin de Champagne.
Un de rôties aux fines herbes.
Un de pommes en croix de Chevalier.
Un d'un pain à la crême.

## DÎNÉ D'AUTOMNE ET D'HIVER, Servi à ſept, en gras.

### *PREMIER SERVICE.*

UNE Ouille à la Fonbonne, pour le milieu.

*Quatre Hors-d'œuvres.*

Un de ſauciſſes aux truffes.
Un de palais de bœuf au cingara.
Un de pieds d'agneau au gratin aux petits oignons.
Un de breſolles de mouton mêlées.

*Deux Entrées.*

Une de bécaſſes à la ſauce à la bécaſſe.
Une d'ailerons de dindons à l'étuvée.

### *DEUXIÈME SERVICE.*

*Relever l'Ouille d'une pièce de bœuf.*

### *TROISIÈME SERVICE.*

*Rôt & Entremets, une Salade au milieu; deux plats de Rôt.*

Un de pluviers.
Un de chapon de Bruges.

*Quatre Entremets.*

Un de ſemelles glacées.
Un de foies gras en petites caiſſes.
Un de cardons d'Eſpagne.
Un de crême de riz ſoufflée.

## SOUPÉ D'AUTOMNE ET D'HIVER,

Servi à neuf, en gras.

### *PREMIER SERVICE.*

UN quartier de mouton à la Sainte-Menehould, pour le milieu.

*Quatre Entrées.*

Une d'une poularde à la Cardinale.
Une d'un pâté chaud de perdreaux.
Une de pigeons aux oignons en crépines.
Une de tourtereaux à la cendre.

*Quatre Hors-d'œuvres.*

Un de cervelle de mouton à l'étuvée.
Un de petits grenadins de veau.
Un de côtelettes d'agneau en papillottes.
Un de filets de canards.

### *DEUXIÈME SERVICE.*

Un jambon à la broche, pour le milieu.

*Quatre plats de Rôt.*

Un d'une poule de Caux.
Un de bécassines.
Un de canard sauvage.
Un de faisan.
Quatre salades.
Deux sauces.

### *Troisième Service.*

*Neuf Entremets.*

Le jambon reſtant au milieu.
Un d'omelette au fumet.
Un de fromage à l'écarlate.
Un d'huîtres aux fines herbes au four.
Un de truffes à la minute.
Un d'une tourte de confitures.
Un de bignets découpés.
Un de crême au vin d'Eſpagne.
Un de rôties de pâte d'amandes.

---

*Table de vingt-cinq à trente Couverts pour le mois de Février, ſervie à vingt-ſept à Souper.*

### *Premier Service.*

Trois plats dormans.

*Quatre Ouilles pour les bouts & flancs.*

Une au rizeaux écreviſſes.
Une au blanc à la reine.
Une aux racines.
Une à la Fonbonne.

*Quatre Terrines pour les angles.*

Une d'ailerons à l'étuvée.
Une aux lentilles mêlées.
Une de perdrix aux choux.
Une de cuiſſes de poulardes en hauchepot.

*Seize Entrées ou Hors-d'œuvres.*

Un de petits pâtés de champignons.
Un de filets de faisan à l'Italienne.
Un de rissoles de palais de bœuf.
Un de crépines de foies gras.
Un de poulets à la sauce à la raie.
Un de pigeons aux truffes.
Un de cervelle, sauce à la Mantoue.
Un de filets de poularde à l'Angloise.
Un de balottines de perdreaux.
Un de côtelettes d'agneau au gratin.
Un de filets d'oiseau de rivière à la rocambole.
Un de filets de lièvre à la flamande.
Un d'escalopes de lapreaux.
Un de quenelles de poularde.
Un de ris de veau à la dauphine.
Un d'oreilles d'agneau, sauce bachique à la ravigotte.

*SECOND SERVICE.*

*Relever les quatre Ouilles.*

Un quartier de veau de rivière.
Un rôt de bif de mouton.
Un quartier de chevreuil.
Une dinde grasse.

*TROISIÈME SERVICE.*

*Quatre grands plats de Rôt.*

Un d'une hure de saumon.
Un d'une carpe au bleu.
Un de rôt de bif d'agneau piqué.
Un de marcassin.

*Huit petits plats.*

Un de perdreaux rouges.
Un de poules à la reine.
Un d'oiseau de rivière.
Un de pigeons bardés en cailles.
Un de bécassines.
Un d'une campine.
Un de pluviers.
Un de deux pigeons Romains.

*Huit Salades.*

*Quatre pièces de Pâtisseries pour relever les Terrines.*

Un gâteau de lièvre.
Une galantine.
Une croquante en caramel.
Un gâteau à l'anis de Verdun.

*QUATRIÈME SERVICE.*

*ENTREMETS.*

*Huit grosses pièces pour les bouts, flancs & angles.*

*Les quatre précédentes restent pour les angles.*

Un d'un pâté de perdrix aux truffes.
Un de langues de Châlons.
Deux buissons d'écrevisses.

*Seize Entremets.*

Deux de truffes.
Deux de pieds de cochon de Châlons.
Un de cardes à la moelle.

Un d'œufs à la Bechamel.
Un de creſſon aux épinards.
Un de crêtes à la Sainte-Menehould.
Un de batelets de foies à la Sainte-Menehould.
Un de rôties aux anchois.
Un de rôties au ſalpicon.
Un de petites omelettes roulées.
Un de ris d'agneau en animelles.
Un de petits pots de crême au lait d'amandes.
Un d'œufs en pots d'Eſpagne dans les petits pots.
Un d'animelles de mouton.

## *CINQUIÈME SERVICE.*

*Seize aſſiettes de petites Pâtiſſeries, pour relever les ſeize Entremets.*

Deux de ſemelles glacées.
Deux de tartelettes.
Deux de petits bonnets en turban.
Deux de gâteaux au zéphyr.
Deux de rôties de pâte d'amandes.
Deux de petites Jacobines.
Deux de timbales à l'anis.
Deux de petits choux de confitures.

*FIN.*

# TABLE

## Des Matières du Guide de Santé.

*AVERTISSEMENT*, page 3

Première Partie.

ARTICLE PREMIER. *De la manière d'avoir des Enfans qui soient sains & beaux*, ibid.
ART. II. *De l'Education physique des Enfans*, 8

Seconde Partie.

*De l'Education physique des adultes, du choix des choses non naturelles, comme de l'air, des alimens, &c. pour se bien porter*, 23
ART. I. *De l'air & du régime de vie que l'on doit suivre dans les différentes températures, les différentes saisons; du choix des demeures, &c.* ibid.
ART. II. *De l'eau & de ses usages*, 29
ART. III. *Des alimens tirés des animaux*, 32
ART. IV. *Des alimens tirés des végétaux*, 34
ART. V. *Des boissons.* 36
ART. VI. *Des secrétions & des excrétions*, 39
ART. VII. *Des passions*, 40

ART. VIII. *Du sommeil & de la veille*, 43
ART. IX. *De l'exercice.* 45
ART. X. *Du régime de vie des personnes indisposées de différens âges & de différens états*, 46
*Du régime de vie des tempéramens foibles*, ibid.
*Du régime de vie des artisans*, 48
*Du régime de vie des vieillards*, 51
*Du régime de vie des gens de lettres*, 52
*Du régime de vie des pauvres gens*, 53
*Du régime de vie des personnes indisposées*, 54
*Des purgatifs*, ibid.
*Purgation ordinaire*, 56
*Emulsion purgative*, 57
*De la saignée*, ibid.
*Observations du fameux Docteur Soholsius avant d'en venir à la saignée*, 58

## TROISIÈME PARTIE.

*Remèdes divers. Cas qui demandent un prompt secours. Moyens préservatifs de nombre de Maladies. Préjugés contraires à la santé.* 61

### ART. I. *Remèdes divers.*

§ I. *Spécifiques pour empêcher les marques de la petite vérole*, ibid.

§ II. *Remède expérimenté pour la brûlure*, 61
§ III. *Bouillon pour la pulmonie*, 62
§ IV. *Contre les aigreurs*, 63
§ V. *Pour la guérison des cors aux pieds*, ibid.
§ VI. *Pour les femmes stériles*, 64
ARTICLE II. *De quelques cas qui demandent un prompt secours*, 65
§ I. *Hémorragies*, ibid.
§ II. *Morsure de la Vipère*, 66
§ III. *Contre l'empoisonnement occasionné par l'arsenic*, 67
§ IV. *Contre l'effet du sublimé corrosif pris à trop forte dose*, 68
§ V. *Contre l'effet de l'opium pris à trop forte dose*, 70
§ VI. *Moyens de secourir les noyés*. 71
§ VII. *Contre la vapeur du charbon*, 73
ARTICLE III. *Moyens préservatifs de nombre de maladies*, 74
§ I. *Des préservatifs*. ibid.
§ II. *Préservatif contre les vapeurs malignes du serein, utile aux voyageurs & aux soldats*, 75
§ III. *Préservatif contre les maux de dents & fluxions*, 76
§ IV. *Préservatif contre les effets du froid*, ibid.

§ V. *Préservatif de la petite vérole, avec la méthode d'inoculer.* 77
§ VI. *Préservatif des maladies vénériennes,* 80
ARTICLE IV. *Préjugés contraires à la santé. Beaucoup de gens croient : I. II. III.* 81

*Moyens sûrs de remédier promptement aux différens accidens qui menacent la vie & à une foule d'incommodités dont on est journellement attaqué,* 84

*ABEILLES,* ibid.
*Aigreur d'estomac,* ibid.
*Alimens tombés dans la trachée-artère,* ibid.
*Aphtes, ou petits ulcères à la bouche,* 85
*Araignées,* ibid.
*Ardeur d'Urines,* ibid.
*Arsenic,* ibid.

*BLESSURES,* 86
*Bourdonnement des Oreilles,* ibid.
*Boutons au Visage,* ibid.
*Brûlure,* 87

*CHAMPIGNONS,* ibid.
*Chenilles,* 88

*Chien enragé*, ibid.
*Chute*, 89
*Chute de la Luette*, ibid.
*Clou*, 90
*Colique*, ibid.
*Contusion*, 91
*Corps arrêtés entre la bouche & l'estomac*, ibid.
*Cors aux Pieds*, (*moyen de les guérir*) ibid.
*Coup*, 92
*Coup de Sang*, ibid.
*Coup de Soleil*, ibid.
*Coupure*, 93
*Cousins* (*piqûres de*) ibid.

*DARTRES farineuses*, ibid.

*ÉCHARDES*, 94
*Echauboulures*, ibid.
*Ecorchures*, ibid.
*Engelures*, ibid.
*Enrouement*, 95
*Envies*, ibid.
*Evanouissement*, ibid.

*Foulures & Entorses*, 95

*Gersures*, 96

*Hales*, ibid.
*Hoquet*, ibid.

*Indigestion*, ibid.

*Langue chargée*, 97
*Lassitudes & inquiétudes*, ibid.

*Mal des Dents*, ibid.
*Médecines ordinaires*, ibid.
*Autre*, 98
*Migraine, mal de tête*, ibid.

*Noyés (secours pour les)* ibid.

*Orillons*, 99
*Orties (piqûres d')* ibid.

*Panaris, ou mal d'aventure*, 100
*Puanteurs de la Bouche*, 101

*RHUME de Cerveau*, 101

*SAIGNEMENT de nez*, ibid.
*Somnambule*, ibid.
*Autre moyen*, 102
*Sueur des pieds*, ibid.

*TACHES de Rousseur*, ibid.
*Taches de la Petite-Vérole*, ibid.
*Taie ou tache sur l'Œil*, ibid.

*VERRUES*, 103
*Verdet, ou Vert-de-gris*, ibid.
*Vipère (morsure de)* ibid.
*Vue trouble*, 104
*Vue (foiblesse de la)* ibid.
*Remèdes souverains & faciles*, ibid.
*Contre l'Esquinancie, ou mal de gorge*, 105
*Note des Drogues qui entrent, soit dans les Médicamens, soit dans d'autres compositions*, ibid.

Fin de la Table des Matières du Guide de Santé.

# TABLE

## Des Matières des Dons de la Nature, pour l'usage de la table.

PRÉFACE, page 108
JANVIER, *premier mois de l'hiver; provisions dont on jouit pendant ce mois & les suivans*, 110
FÉVRIER, *second mois de l'hiver*, 120
MARS, *troisième mois de l'année; fin de l'hiver, commencement du printemps*, 125
AVRIL, *quatrième mois de l'année & le milieu du printemps*, 128
MAI, *cinquième mois de l'année, faisant partie du printemps*, 129
JUIN, *sixième mois de l'année, faisant la première partie de l'aimable saison de l'été*, 132
JUILLET, *septième mois de l'année, faisant partie de l'agréable saison de l'été.* 134
AOUST, *huitième mois de l'année, compris dans la saison de l'été*, 137
SEPTEMBRE, *neuvième mois de l'année, faisant encore partie de l'été & du commen-*

*cement de l'automne, faiſon de la bonne chère & qui nous fournit abondamment tout ce qu'on peut déſirer pour la ſubſiſtance & les délices,* 139
OCTOBRE, *dixième mois de l'année, commencement de l'automne,* 142
NOVEMBRE, *onzième mois de l'année faiſant partie de l'automne,* 143
DÉCEMBRE, *douzième & dernier mois de l'année,* 144

QUALITÉS & propriétés des Viandes, Volailles, Gibiers, Poiſſons, Légumes, & généralement de tout ce qui entre dans la compoſition des Alimens, 146
*Du Sel,* ibid.
*Des Epices,* ibid.

DES VIANDES.

*Du Bœuf,* 148
*Du Veau,* ibid.
*Du Mouton,* 149
*Du Cochon,* ibid.
*De l'Agneau & du Chevreau,* 150
*Du Cerf, de la Biche & du Faon,* ibid.
*Du Chevreuil & du Daim,* ibid.
*Du Lièvre & du Lapin,* 151

## DE LA VOLAILLE.

*De la Poularde & du Chapon*, 152
*Du Dindon*, ibid.
*Du Poulet*, ibid.
*Du Pigeon*, 153
*Des Canards & des Oies*, ibid.

## DU GIBIER EN GÉNÉRAL.

*Du Faisan*, ibid.
*De l'Alouette ou Moviette*, 154
*Des Grives & des Merles*, ibid.
*De la Perdrix*, ibid.
*De la Caille*, ibid.
*Des Poules d'eau*, 155
*Du Pluvier*, ibid.
*De l'Ortolan*, ibid.
*De la Gélinotte de bois*, ibid.
*Des Œufs*, 156
*Du Lait*, 157
*Du Beurre*, ibid.
*Du Fromage*, 158
*De l'Huile*, ibid.

## DU POISSON D'EAU DOUCE ET DE MER.

*De la Carpe & de la Braime*, 159
*De la Perche*, 160

*De la Truite*, 160
*De la Tanche*, ibid.
*De la Tortue*, 161
*Du Brochet*, ibid.
*De la Lotte ou Barbotte*, ibid.
*De la Lamproye*, 162
*De l'Anguille*, ibid.
*Du Saumon*, ibid.
*De l'Éturgeon, du Thon, du Turbot, & de la Barbue*, 163
*Du Barbot*, ibid.
*Du Carlet, de la Plie, de la Limande & du Flet*, ibid.
*De la Raye*, ibid.
*De l'Aloſe*, 164
*De la Morue & Merluche*, ibid.
*Du Hareng*, ibid.
*Du Maquereau*, 165
*De la Vive*, ibid.
*De l'Éperlan*, ibid.
*Du Merlan*, 166
*De la Sole*, ibid.
*Du Rouget*, ibid.
*Des Macreuſes*, ibid.
*Des Écreviſſes*, ibid.
*Des Huîtres & Moules*, 167

## DES LÉGUMES, RACINES ET AUTRES VÉGÉTAUX.

*Du Riz & du Gruau*, 168
*Des Pois*, ibid.
*Des Féves*, ibid.
*Des Haricots*, 169
*Des Lentilles*, ibid.
*Des Choux*, ibid.
*Des Carottes & des Panais*, 170
*Des Navets & des Raves*, ibid.
*Du Salsifis, de la Scorsonère & du Chirouis*, 171
*Des Truffes*, ibid.
*De la Poirée & de l'Oseille*, 172
*Des Potirons ou Citrouilles*, 173
*Des Asperges*, ibid.
*Des Artichauts*, 174
*Des Epinards*, ibid.
*Du Porreau*, ibid.
*De l'Oignon, Ail, Rocambole & Échalotte*, 175
*Du Persil*, ibid.
*Du Thim, Laurier, Basilic & Sariette*, 176
*Du Fenouil & de l'Anis*, ibid.
*Des Champignons & Mousserons*, 177
*De la Morille*, ibid.

*Des Câpres*, 177
*De la Moutarde ou Sévené*, ibid.
*De la Laitue*, 178
*Du Céleri, de la Chicorée & du Creſſon*, ibid.
*De la Pimprenelle, Eſtragon, Cerfeuil & Pourpier*, 179
*Des Oranges & Citrons*, 180
*Des Châtaignes & Marrons*, 181

TABLE des Services, pour les quatre Saiſons, à l'uſage de ceux qui veulent donner des Repas, 182

*Dîné de printemps ſervi à ſept, en quatre ſervices*, ibid.
*Soupé de printemps, ſervi à neuf, en trois ſervices*, 183
*Dîné d'été, ſervi à ſept, en trois ſervices*, 185
*Soupé d'été, ſervi à neuf, en trois ſervices*, 186
*Dîné d'automne & d'hiver, ſervi à onze, en maigre, en quatre ſervices*, 187
*Soupé d'automne & d'hiver, ſervi à neuf, en maigre, en trois ſervices*, 193
*Dîné d'automne & d'hiver, ſervi à ſept, en gras, en trois ſervices*, 195

*Soupé d'automne & d'hiver, ſervi à neuf, en gras, en trois ſervices,* 196
*Table de vingt-cinq à trente couverts, pour le mois de février, ſervie à vingt-ſept à ſoupé, en cinq ſervices,* 197

*FIN.*